نموذج ترخيص

أنا الطالب : ريم حمدان منصور المريحيل أمنح الجامعة الأردنية و/ أو من تفوضه ترخيصاً غير حصري دون مقابل بنشر و / أو استعمال و / أو استغلال و / أو ترجمة و / أو تصوير و / أو إعادة إنتاج بأي طريقة كانت سواء ورقية و / أو إلكترونية أو غير ذلك رسالة الماجستير / الدكتوراه المقدمة من قبلي وعنوانها.

تأثير النماذج التعليمية الخاصة في ألعاب القوى للأطفال على المهارات الحركية الأساسية والقدرات التوافقية والذكاء الجسمي حركي.

وذلك لغايات البحث العلمي و / أو التبادل مع المؤسسات التعليمية والجامعات و / أو لأي غاية أخرى تراها الجامعة الأردنية مناسبة، وأمنح الجامعة الحق بالترخيص للغير بجميع أو بعض ما رخصته لها.

اسم الطالب: ريم حمدان المريحيل

التوقيـــع:

التاريـــخ: ٦ / ١ / ٢٠١٦م

تأثير النماذج التعليمية الخاصة في العاب القوى للاطفال على المهارات الحركية الاساسية والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي

إعداد

ريم حمدان منصور المريحيل

المشرف

الدكتور رامي صالح حلاوة

قدمت هذه الرسالة استكمالا لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية

كلية الدراسات العليا

الجامعة الأردنية

ديسمبر، ٢٠١٥

تعتمد كلية الدراسات العليا
هذه النسخة من الرسالة
التوقيع ...... التاريخ ......

قرار لجنة المناقشة

نوقشت هذه الرسالة (تأثير النماذج التعليمية الخاصة في ألعاب القوى للأطفال على المهارات الحركية الأساسية والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي) وأجيزت بتاريخ ٢٠١٥/١٢/٢٣.

أعضاء لجنة المناقشة	التوقيع
الدكتور رامي صالح حلاوة، مشرفا أستاذ مشارك- تدريب رياضي/ العاب قوى	....
الأستاذ الدكتور أحمد مصطفى بني عطا، عضوا استاذ- تعلم حركي/ جمباز	....
الدكتورة عائدة أحمد العواملة، عضوا استاذ مساعد – تعلم حركي/ جمباز	....
الأستاذ الدكتور عبد الباسط مبارك الشرمان، عضوا استاذ – سلوك حركي (الجامعة الهاشمية)	....

تعتمد كلية الدراسات العليا
هذه النسخة من الرسالة
التوقيع ... التاريخ ...

الإهداء

اذا كان لا بد من أن أهدي عملي هذا الى أحد من الناس، فانما أشعر بأن من يستحق ذلك هما من أشرفا على تربيتي وتوجيهي وايصالي الى ما أبتغي .

فأهدي جهدي هذا وعملي الى ابوي الكريمين، عسى ان يلقيا جزاءهما على ما قدما في جنان الخلد، وأن يهبهما ربي طول العمر وموفور الصحة، كما أهدي عملي الى أخوتي الذين ساندوني طوال فترة دراستي راجيا لهم كل التوفيق .

ولا انسى ان أهدي اصدقائي وصديقاتي الذين لم يتهاونوا في مد يد العون والوقوف الى جانبي للخروج بهذا العمل .

شكر وتقدير

الحمد الله رب العالمين والصلاة والسلام على خاتم الأنبياء والمرسلين نبينا وقدوتنا محمد صلوات ربي وسلامه عليه. اشكر الله العلي القدير على ما من به علي وأعانني على إتمام هذا العمل.

أقدم ثمرة جهدي الى من أولوني اهتمامهم ورعايتهم حتى وصل العمل الى نهايته، التي أرجو ان تكون موفقة في الوصول الى غايتها في خدمة التدريب والعمل الرياضي .

أفيض بخالص شكري وامتناني إلى أستاذي ومعلمي ومشرفي الدكتور رامي حلاوة الذي لم يقصر في الاشراف والمتابعة ،فأنا أشعر بأني مدين له بالشكر والعرفان.

كما اتقدم بالشكر الى الدكتور محمد ابو الطيب والدكتور رائع خريسات الذين لم يتوانوا عن تقديم اي مساعدة لي خلال البحث والدراسة .ولا يفوتني ان اتقدم بالشكر الى زملائي وزميلتي رهام وهيب، الذين ساندوني ودعموني وتحملوا كل المعاناة والجهد لإتمام هذا العمل.

وأخيرا وليس أخرا. اقدم الشكر وصادق الامتنان الى أعضاء لجنة المناقشة الكريمة والتي ضمت باقة من أفاضل الاساتذة فلهم الشكر والتقدير.

واختم كما بدأت بالشكر والحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبيا ورسولنا محمد صلى الله عليه وسلم.

الفهرس

تأثير النماذج التعليمية الخاصة في العاب القوى للاطفال على المهارات الحركية الاساسية والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي

اعداد

ريم حمدان منصور المريحيل

المشرف

الدكتور رامي حلاوة

الملخص

هدفت الدراسة التعرف الى أثر النماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال على مستوى المهارات الحركية الاساسية، والقدرات التوافقية، والذكاء الجسم حركي لدى الأطفال في عمر (7-9)سنوات، استخدم في الدراسة المنهج التجريبي ذو العينات المتكافئة على عينة قوامها (22) طفل. قسمت الى مجموعتين تجريبية والضابطة، حيث طبقت المجموعة التجريبية وعددها(12) نماذج ألعاب القوى للأطفال، والمجموعة الضابطة وعددها (10) طبق عليها حصص التربية الرياضية المعتمدة لهذه الفئة في المدارس، استخدمت في الدراسة مجموعة من الاختبارات لقياس متغيرات الدراسة (المهارات الحركية الاساسية، القدرات التوافقية، الذكاءالجسم حركي).

أشارت نتائج الدراسة الى وجود تحسن في مستوى المهارات الحركية الاساسية بأنواعها والقدرات التوافقية، والذكاءالجسم حركي لدى أفراد المجموعة التجريبية التي استخدمت النماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال، كما اشارت النتائج الى وجود فروقات في مستوى بعض المهارات الحركية الأ ساسية، والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي، كما وأشارت نتائج الدراسة الى وجود فروقات ذات دلالة احصائية في مستوى بعض المهارات الحركية الاساسية وبعض القدرات التوافقية، وبعض قدرات الذكاء الجسم حركي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية.

وأوصت الدراسة بتطبيق النماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال لما لها دور في تنمية المهارات الحركية الأساسية، والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي.

الفصل الأول

المقدمة الدراسة

مشكلة الدراسة

أهمية الدراسة

أهداف الدراسة

تساؤلات الدراسة

مصطلحات الدراسة

مقدمة الدراسة

تعد التربية الرياضية ميدانا واسعا وشاملا من ميادين التربية العامة، والتي تعنى باعداد الفرد في جميع جوانب حياته المختلفة، وتعد جزءا مهما من برامج الاعداد التي تهدف الى بناء مجتمع أفضل ووسيلة للحكم على مستوى التقدم للدول وتحضرها، فالتربية الرياضية حق من الحقوق الاساسية لجميع افراد المجتمع، سواء كانوا صغارا أم كبارا، وان كان ذلك يحدث بطرق وأساليب ومستويات مختلفة.

الأنشطة الحركية للطفل مدخل اساسي ليس فقط لتعلم المهارات الرياضية الخاصة بل يتعدى ذلك الى أنها وسيلة مهمة ومساعدة في نمو الطفل العقلي والمعرفي والاجتماعي والانفعالي، فالحركة للطفل هي النشاط والشكل الأساسي للاعداد للحياة، فهي طريقة جيدة في التعبير عن الأفكار والمشاعر، وتعتبر الحركة للطفل وسيلة لتحقيق الذات واكتساب المعرفة بجميع مستوياتها، فيتعود الطفل على السلوك المناسب لحل المشكلات واصدار أفكار تتناسب مع طبيعته وميوله،(Sayres and Gallagher,2001). فالتربية الحركية هي جزءا مهما من التربية الرياضية تعنى بالطفل في المراحل العمرية الأولى من حياته منذ الولادة، حتى نهاية المرحلة الأبتدائية، حيث تتميز بالتنوع الواسع بأشكالها وأساليبها، فهي اتجاه جديد من أساليب التربية العامة، اذ يتم اعداد الطفل من جميع الجوانب المختلفة عن طريق الخبرة والنشاط الحركي، ليخرج التعليم من صيغته التقليدية الكلاسيكية الى صيغ أكثر ايجابية وفاعلية ومثيرة لدوافع الطفل وملبية لحاجاته ورغباته. (عثمان، 2008)

ويؤكد (فزاري، 2002) و(Gallahue,1996) أن الحركة وتعلم المهارات الحركية الأساسية تساعد الطفل في نمو العمليات الادراكية العقلية، والحركة احدى الدوافع المهمة لنمو الطفل، فعن طريقها يبدأ الطفل التعرف على البيئة المحيطة به، وهذا ما يساعد الأطفال على إكتساب التوافق الأولي لادراكه لجسمه وذاته، فالحركة وسيط تربوي فعال لتحسن النمو الحركي والعقلي والاجتماعي للطفل، فلم تعد مقتصرة على تنمية القدرات البدنية والحركية بل تعدت ذلك لتحقيق النمو المتكامل والمتزن لدى الأطفال واكسابهم خبرات النجاح من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية واللعب.

ومرحلة الطفولة من المراحل التعليمية المهمة، حيث يمكن من خلالها الكشف عن القدرات والمواهب الخلاقة للأطفال لرعايتهم وتوجيههم الوجهة الصحيحة، وهذا ما يأتي من خلال الأنشطة والفعاليات التي تعمل على رفع درجة الذكاء والاستكشاف والبحث لديهم. (الخولي وكامل، 1998).

وتعد مرحلة الطفولة من السنوات المتعطشة لتعلم المهارات والحركات المختلفة، وذلك لأن الطفل في هذه المرحلة يشعر بالمتعة للقيام بأي عمل دون ان يشعر بالملل ويميل الى المغامرة، وفي هذه الفترة يستطيع الطفل السيطرة التامة على أداء المهارات الحركية البسيطة، وممارسة الطفل للأنشطة الرياضية تجعله يتفاعل مع البيئة المحيطة به بكافة حواسه، والتي تمثل له الوسيلة الأولى لاستقبال المثيرات والتفاعل مع الادوات والمكان والزملاء، عدا عن تفاعله مع الزمن والمسافة والارتفاع، وهذا ما يستدعي منه الأداء الحركي السليم الذي يتطلب تآزر الجهاز العضلي وترابطه مع الجهاز العصبي، ومن هنا دعت الحاجة الى الأهتمام بالقدرات العضلية والحركية الى أقصى ما تسمح به صفات الطفل من أجل تنمية الثقة وخلق الابداع .(محجوب وآخرون، 2000) (طلبه، 2009).

ومن هنا حققت الألعاب الرياضية فوائد ملموسه للطفل من حيث الأتزان الحركي والفاعلية الجسمية، حيث أنها لا تقتصر على مظاهر النمو الجسمي السليم فقط، بل تنعكس ايضا على تنشيط الأداء العقلي وعلى الشخصية بمجملها، فقط بينت بعض الدراسات وجود علاقة ايجابية بين ارتفاع مستويات الذكاء والنمو الجسمي السليم لدى الأطفال منذ الطفولة المبكرة وحتى فترة نهاية المراهقة، و كذلك اللعب للطفل يساعده على ادراك عالمه الخارجي ويتدرب على تذوق الأشياء ويرفع من جانب التركيز والانتباه لديه.

وفي علم التدريب الرياضي علينا ان نأخذ بعين الاعتبار ونلفت النظر بأن مراحل تدريب الصغار هي عبارة عن مراحل مستمرة للبناء والتطوير للجوانب البيولوجية والعقلية، وتختلف عن المراحل المتقدمة في متطلباتها واحتياجاتها الأساسية، ففي مراحل تدريب الاطفال تتجه معظم الاحتياجات والمتطلبات من عمليات التدريب نحو البناء والتأسيس للإنجازات الشخصية المثالية والمناسبة للمرحلة العمرية، عدا عن هدفها وغايتها لبناء الجانب الصحي والحركي والتكويني للطفل، لذلك كان يجب على المختصين في تدريب الاطفال وضع طرق تدريبية ووسائل تعليمية تتناسب مع متطلبات ومستويات الخصائص البدنية والحركية التي تساعدهم على رفع درجة تأقلمهم واحداث التكيف المناسب لهم. (بلاتونف، 1997)

ويشير النعيمي(1988) بأن اتقان الأداء الحركي للمهارات الرياضية هو الاستخدام الامثل لقدرات اللاعب وامكاناته في حل الواجب الحركي للمسابقة من اجل تحقيق افضل انجاز، وان التقدم والارتقاء بالمستويات الرقمية للاعبين يتشكلان من خلال وصف الاداء الحركي الاكثر فاعلية، وكذلك من خلال القدرة على الحركة واتخاذ امثل الاوضاع الحركية واكثرها تجانسا وتتطابقا مع طبيعة الفرد المتدرب، ولا يتم ذلك إلا من خلال التأسيس المناسب للقدرات الحركية من حيث الإدراك والتوافق في المراحل العمرية المبكرة.

وألعاب القوى كنشاط بدني تنافسي فردي يعتمد في الاساس على الحركات الطبيعية عند الانسان من جري ووثب ورمي، ومن هنا اصبحت العاب القوى تتضمن العديد من المسابقات التي تختلف كل منها عن الاخرى بطريقة أدائها وخصائصها وصفاتها البدنية التي يجب توفرها في من يمارسها، وتعتبر رياضة أم الالعاب مجالا للتنافس وتحطيم الارقام لتحقيق اعلى درجات الانجاز من خلال تحسين مستوى الاداء الفني والحركي في هذه المسابقات خاصة في مسابقات الميدان منها .

وعند الحديث عن مسابقات الاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال نرى ان هناك جانب من الاثارة في ممارسة هذه الالعاب، كما أن النماذج التعليمية الجديدة والمبتكرة للأطفال تمكنهم من اكتشاف الانشطة الاساسية (العدو، الجري، الوثب، الرمي، الدفع)، كما ان مسابقات العاب القوى على شكل العاب حركية سوف تزود الطفل بفرصة التدريب والتعليم على المهارات الحركية الاساسية بأفضل الطرق من الناحية الصحية والتعليمية وتحقيق الذات.

أهمية الدراسة

تعد مرحلة الطفولة من اهم مراحل التدريب الرياضي طويل المدى ففي هذه المرحلة يتم تحديد شخصية الطفل وصقلها وتحديد الموهبة، لذا يجب على المدربين والتربويين اعطاء هذه المرحلة الاهتمام الكافي لتدريب وتعليم الاطفال وتطوير الاداء لديهم.

وهنا لابد ان يكون لهذه المرحلة من مراحل النمو والتطور الحركي للإنسان فرصة للتغلب على واقعها، ومساعدة الاطفال في هذه المرحلة ضرورة ملحه من أجل تطويرهم وتأهيلهم في كافة الجوانب من حيث البناء والتأسيس لممارسة الأنشطة الرياضية التي تتناسب

وطبيعتهم، ولا يمكن ان يتحقق ذلك الا من خلال الطرق والاساليب الحركية التي تجلب لهم السعادة وتطور قدراتهم التوافقية والادراكية .

ولما كان التوافق الحركي يعتمد على عوامل ومهارات نابعة من درجة سلوك وتعامل الاطفال مع المواقف الحركية المختلفة، بات لزاما على البرامج الرياضية التعليمية بمناهجها واساليبها المختلفة العمل على تنمية الذكاءات المتعددة للطفل وتطويرها بما يتلائم مع امكانات المرحلة.

ويمكن تلخيص اهمية هذه الدراسة بالنقاط الآتية:

1- تعتبر الدراسة الحالية من الدراسات الأولى في الأردن على حد علم الباحثة، التي تبحث في مدى صلاحية النماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال على تطوير الذكاء الجسم حركي وعمليات البناء والتأسيس من خلال المهارة الحركية الأولية والتوافق الحركي .

2- يؤمل أن تسهم الدراسة الحالية في مساعدة المدرسين في المدارس والذين يتعاملون مع مرحلة الطفولة في تطبيق هذه النماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى، والتي تتناسب مع امكانيات وقدرات هذه الفئة وكذلك تناسبها مع قدراتهم العقلية.

3- يؤمل أن تساعد الدراسة الحالية في التعرف الى امكانية برامج العاب القوى للأطفال الشاملة للوثب، والجري، والرمي، والدفع على تطوير المهارات الحركية الأساسية والتي تشمل (مهارات الإنتقال، التحكم والسيطرة، والإتزان)، ورفع درجة الذكاء الجسم حركي والذي يتمثل في القدرة على استخدام الجسم في انجاز المهارات الحركية او اي اعمال محددة للتعامل مع الاشياء بحكمة وعقلية، وهي ما تقود الى تحريك الجسم بصورة دقيقة ومنظمة، وتطوير القدرات التوافقية للطفل.

4- يؤمل أن تساعد نتائج هذه الدراسة الى طرح البرامج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال والمتعلقة بالحركات الاولية ضمن مناهج التربية الرياضية في المدارس لدورها في التنمية المتزنة وشاملة للطفل .

5- محاولة تقديم اختبارات للذكاء الجسم حركي كوسيلة لإكتشاف المواهب في مختلف الألعاب الرياضية.

مشكلة الدراسة

إذا كانت الرياضة جزءا هاما في حياة الانسان فإنها أكثر أهمية في حياة الطفل، فممارسة الرياضة تزيد من قدرته على التعلم، وذلك من خلال تأثيراتها على القدرات العقلية ومستوى الذكاء لديهم، فالتربية الرياضية لا تعنى بالبدن فحسب. وإنما العقل أيضا إضافة الى النواحي الشخصية للطفل، فالرياضة لدى الأطفال عبارة عن وسيلة مهمة تساعدهم على تكوين بعض المهارات وتعطيهم الفرصة للتعبير عن الذات، وبناء الثقة بالنفس، والاحساس بالإنجاز، عدا عن التفاعل مع البيئة بشكل إيجابي يضمن التنمية الشخصية للأطفال في كل الجوانب ومتطلبات الحياة اليومية.

لذلك كان هناك حاجة ماسة إلى برامج رياضية خاصة متطورة في مجال التربية الحركية لتعليم وتدريب هذه الفئة المبكرة من مراحل النمو الحركي، والتي تحتاج إلى رعاية خاصة ودراسات مبنية على أسس علمية تعمل على استثمار ذكائهم وإمكانياتهم بأفضل الطرق والوسائل إلى أقصى حد ممكن للأخذ بيدهم ليجدو أنفسهم محققين أكبر قدر ممكن من التوافق والذكاء الجسم حركي، لإعدادهم وتأسيسهم بالصورة الصحيحة لإتقان المهارات الحركية الأساسية وبالتالي إتقان المهارات الرياضية الخاصة للأنشطة والألعاب الرياضية المختلفة، وإكتشاف المواهب الرياضية القادرة على تحقيق الإنجاز في المجال الرياضي.

ومن خلال خبرة الباحثة كلاعبة في مجال ألعاب القوى ومدرسة للتربية الرياضية لمرحلة الطفولة، لاحظت أن هناك توحيد غير ملائم بطرق التدريب والتعليم بين الصغار والكبار، وأن منافسات الأطفال في ألعاب القوى غالبا ما تشبه نسخة مصغرة لمنافسات الكبار، وهذا ما يقود إلى التخصص المبكر والذي بدوره يكون ضد إحتياجات الأطفال للنمو المتزن، وبالتالي يكون الإهتمام بتطبيق المهارة الرياضية دون الأخذ في الإعتبار قدرات الحركة، والتي تشمل الجانب التوافقي، وذكاء الطفل الحركي، وحسن التصرف وتقديرهم للمواقف المختلفة عند تطبيق الحركات بما يتناسب مع طبيعتهم البدنية.

عدا عن ذلك لاحظت الباحثة أن المدارس والاتحاد الرياضي لألعاب القوى في الأردن لم تعطي الإهتمام إلى الألعاب الفرقية لألعاب القوى للأطفال، ومدى إمكانية تحويل هذه النماذج التعليمية الخاصة للأطفال بألعاب القوى إلى أدوات ذات قيمة تساعد على إنجاز الأهداف التربوية، وتطوير مرحلة هامة من مراحل التدريب الرياضي، وهي مرحلة الإعداد والتأسيس

والبناء للطفل، حيث أنها من أهم المراحل من مراحل التدريب الرياضي طويل المدى، ففيها يتم التأسيس للطفل من خلال تطوير القدرات الحركية سواء أكانت قدرات بدنية أو توافقية، لتكون الأساس لتعلم المهارات الرياضية الخاصة بالنشاط الممارس.

أهداف الدراسة

هدفت الدراسة الحالية التعرف الى:

1- أثر النماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال على المهارات الحركية الأساسية، والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي لدى الأطفال من عمر (7-9) سنوات.

2- أثر حصص التربية الرياضية على المهارات الحركية الأساسية، والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي لدى الأطفال من عمر (7-9) سنوات.

3- الفروقات في مستوى المهارات الحركية الأساسية، والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي.

تساؤلات الدراسة

1- هل يوجد أثر للنماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال على المهارات الحركية الأساسية، والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي لدى الأطفال من عمر (7-9) سنوات؟

2- هل يوجد أثر لحصص التربية الرياضية على المهارات الحركية الأساسية، والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي لدى الأطفال من عمر (7-9) سنوات؟

3- هل يوجد فروقات في مستوى المهارات الحركية الأساسية، والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي ؟

مصطلحات الدراسة

النماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال : هي عبارة عن نماذج تعليمية للمرحلة السنية من (7-12) سنة، وتتضمن خمسة نماذج تدريبية لكل مسابقة من مسابقات ألعاب القوى للأطفال حيث ان هذه النماذج تتبع خطوات تعليمية متدرجة، وهي تقدم خمسة برامج تدريبية للصغار المشاركين، وتأخذ في الإعتبار احتياجات وخصائص الأطفال من حيث النمو والتطور الحركي. (تعريف اجرائي).

المهارات الحركية الأساسية: هي تلك الحركات الطبيعية الفطرية التي يزاولها الفرد ويؤديها دون أن يقوم احد بتعليمه اياها مثل المشي، الجري، القفز، الوثب، الرمي، الدفع، وتقسم الى مهارات الانتقال والتحكم والسيطرة والإتزان .(الدليمي، 2008).

القدرات التوافقية: هي مجموعة من القدرات الحركية التي تؤثر بعمليات تنظيم وتنسيق الحركة، وتعطي أداء عاما وبشكل ثابت، وتتيح للرياضي سرعة اكتساب وإتقان وتثبيت الأداء الحركي بأعلى كفاءة وبأقل جهد.

(Hirts, 2011).

الذكاء الجسم الحركي: يتمثل في القدرة على استخدام الجسم في انجاز مهارات او اعمال محددة تتفق مع مواقف او احداث معينة، والتعامل مع الاشياء والحركات بحكمة وعقلانية، تؤدي الى تحريك الجسم بصورة دقيقة ومنظمة، ويعتبر وسيلة تعبير عن النفس عن طريق الحركة وكذلك امتلاك القدرة على الانتباه والتناسق والإتزان اثناء القيام بالواجبات الحركية المطلوبة. (عبيد وعفانه،2003).

الفصل الثاني

الإطار النظري

الدراسات السابقة

مجالات الدراسة

الإطار النظري

تعد الطفولة احدى المراحل التي يمر بها الانسان في حياته لا بل هي من أهم تلك المراحل، حيث سيواجه الطفل عوامل كثيرة ومتغيرات تحيط به مما يجعل السنوات الاولى من حياته لها الاثر الكبير في تكوين شخصيته، فكلما كان الاهتمام بهذه المرحلة مدروس ومبرمج، كلما كان هناك ارشاد للطفل وتوجيهه الى الطريق السليم بما يخدم اهداف وقيم مجتمعه الجديد، فمن خلال درس التربية الحركية في رياض الأطفال يمكن غرس وتنمية الكثير من الجوانب التربوية عن طريق الحركة والالعاب الصغيرة التي لها اهتمام واندفاع كبير من قبل الاطفال، فالطفل من خلال الحركة ينمي ملاحظاته ومفاهيمه وقدراته الابداعية وادراكه للأشياء والاتجاهات كالاحساس بالتوازن والمكان والزمان ويكسب المعرفة بكل مستواياتها فيتعود على السلوك المنطقي وحل المشكلات واصدار احكام تقويمية، ومن كل ما تقدم يتبين لنا اهمية التربية الحركية بالنسبة للمراحل الاولى من حياة الطفل والتي اتفق العلماء على تسميتها بمراحل ما قبل المدرسة.(الكلابي،2010).

مفهوم التربية الحركية :

وينظر التربويون للتربية الحركية على أنها "نظرية جديدة " واتجاه جديد في التربية، مثلها مثل التعلم عن طريق الخبرة والنشاط، كما أن ظهور التربية الحركية كان لإخراج التعليم المدرسي من الأسلوب الروتيني التقليدي في مناهج وطرق التعليم والتعلم إلي صيغ أكثر إيجابية وفاعلية في تكوين الفرد، وتنمية مواهبه وطاقاته إلي أقصى ما تؤهله إمكاناته وقدراته ومواهبه.(المشرفي، 2009)

إذ أن التربية الحركية هي أحدث الاتجاهات التربوية الحديثة التي تستهدف تربية الفرد من جميع جوانبه، من خلال الاستعانة بالحركة ومن خلال اعتمادها على أسس علمية سليمة.

وتعد التربية الحركية ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط البدني الذي يستخدم الجهاز الحركي لجسم الطفل، وما ينتج عنه من اكتساب الفرد لبعض الاتجاهات السلوكية، فالتربية الحركية هي: نظام تربوي يعتمد بشكل أساسي على الإمكانات الحركية الأساسية المتاحة للطفل، وعلى الأنماط الشائعة لهذه الحركات والمهارات التي تعتبر من إسهامات التربية الحركية والتربية العامة. (العقول،2010).

ويرى Gullahue (1996) بإن التربية الحركية أو التربية من خلال الحركة تندرج تحت مفهومين فرعيين متصلين متداخلين هما: تعلم الحركة، والتعلم من خلال الحركة؛ ومن الصعب الفصل بين المفهومين حيث يحتاج الطفل من خلال الحركة وإتقانها، إلى زيادة معارفته وخبراته المعرفية، بالإضافة إلى اكتساب اللياقة البدنية والصحية، حيث يقصد بالمفهوم الأول التعلم الحركي، أو تعلم الحركة، أن تكون الحركة موضوع التعلم، وأن تكون المهارة الحركية، واللياقة البدنية هدفان أساسيان من التعلم، بعبارة أخرى أن تعلم الحركة أو المهارة هو الهدف الأساسي من التعلم، وذلك من خلال؛ تعلم المهارات الحركية وأبعادها، كإدراك الفراغ، والمسافة، والسرعة مع ضرورة معرفة مطالبات المشاركة في الأنشطة الرياضية، وهذا بالطبع يتطلب الاستعانة بالعديد من العلوم الحركية الأخرى: كالتعلم والتطور الحركي، وعلم الفسيولوجي، وعلم النفس والاجتماع الرياضي وغيرها من العلوم، أما المفهوم الثاني للتربية الحركية وهو التعلم عن طريق الحركة، وفيه تتسع دائرة التعلم فتشمل جميع جوانب نمو الطفل وتكون الحركة أداة لتحقيق الأهداف المرجوة المتمثلة في النمو الجسمي، والنمو الاجتماعي، والنمو الانفعالي؛ الذي يتمثل باستخدام المهارات الحركية كسياق ووسيلة لتحقيق جميع مخرجات عملية التعلم للمهارات الاجتماعية واللغوية والعقلية وانفعالية.

أهداف التربية الحركية :

تهدف التربية الحركية بشكل أساسي إلى تزويد الأطفال بالمهارات الحركية الأساسية الانتقالية كالمشي، والجري، والوثب، والمهارات الثابتة التي تتم في المكان نفسه كالثني، والدوران والمرجحة، ومهارات المعالجة والتعامل التي تتطلب وجود أداة في أثناء الحركة كمهارات الرمي، والمسك، والركل، والتي تعد القاعدة والأساس لتعلم المهارات المتعلقة بالأنشطة والألعاب الرياضية في المراحل اللاحقة، كذلك تهدف التربية الحركية إلي تطوير اللياقة البدنية عند الأطفال كالمرونة والتحمل الذي يسهم في مساعدة الأطفال على أداء واجباتهم اليومية بدون الوصول السريع إلي مرحلة التعب .(العقول،2010)

تقسم أهداف التربية الحركية لمرحلة الطفولة كما بينتها المشرفي (2009)، الى نوعين أساسيين:

أولاً :الأهداف الرئيسة وتشمل :

1- تنمية الصفات البدنية، وتقوية أجهزة الجسم الحيوية بما يتناسب والخصائص العمرية للطفل

2- تنمية وتطوير الإدراك الحس- حركي لدى الأطفال التي تتلخص في :

أ- الوعي الجسمي :معرفة الطفل بأجزاء جسمه وعلاقتها بالحركات المختلفة .

ب- الوعي الفراغي :معرفة الطفل بحجم الفراغ وعلاقته بالأشياء الخارجية .

ج- الوعي الاتجاهي: معرفة الطفل بالاتجاهات المختلفة (يمين ويسار وأمام وخلف).

د- الوعي الزماني : معرفة الطفل بالوقت وعلاقته بالإيقاع والموسيقى وأنماط توقيتية مختلفة.

3- تنمية المهارات الحركية التي تؤهل الطفل للاشتراك في الأنشطة والألعاب الرياضية الجماعية والفردية.

ثانياً : الأهداف الاجتماعية والنفسية والصحية والانفعالية وهي:

1- إكساب الطفل المهارات الاجتماعية عن طريق الاشتراك في الأنشطة والألعاب الحركية والرياضية.

2- إكساب الطفل مفاهيم السلامة العامة .

3- أن يدرك الطفل المفاهيم الثقافية المرتبطة بالنشاط البدني .

4- أهمية ممارسة النشاط البدني من أجل الصحة والوقاية من الأمراض.

5- أهمية المحافظة على البيئة كالملاعب وكل ما يتعلق بالخدمات العامة .

6- تعريف الطفل بأهمية الغذاء الجيد من أجل الصحة .

7- إكساب الطفل التحكم في الانفعالات في حالات التنافس مع أقرانه.

الخصائص العمرية للمرحلة (6-9) سنوات

النمو عملية تراكمية متصلة، تتطور على شكل مراحل وكل مرحلة تمهد للمرحلة التي تليها، والنمو بمظاهره التكوينية كالشكل والوزن، أو الوظيفة سواء الحسية، العقلية، الاجتماعية يتأثر بعوامل الوراثة والتكوين العضوي والغذاء والبيئة الاجتماعية والثقافية.

ويشير المصطفى (2013)، و(2006) Bar-Or، ومحجوب وآخرون (2000)، إلى أن هذه المرحلة من (6-9) سنوات تعد من مراحل النمو التي تشمل الصفوف الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية وتعتبر من المراحل التي تحتاج إلى الاهتمام الكبير من قبل المربيين والباحثين لأنها المرحلة الانتقالية الحرجة في مسار النمو، حيث تعتبر نهاية مرحلة الطفولة المبكرة وبداية المرحلة المتأخرة للطفولة. وفيما يلي خصائص النمو لهذه المرحلة:

النمو الجسمي والحركي:

تتميز هذه المرحلة بالنمو الجسمي البطيء المستمر في تغيير شبه شامل في الملامح العامة التي تميز شكل الجسم، ينمو حجم الرأس، تنمو الأذرع والساقان بصورة أسرع من الجذع، تتساقط الأسنان اللبنية وتظهر الأسنان الدائمة، عدم اكتمال نضج العظام، يزداد الطول والوزن، تتقدم حواس الجسم وخاصة حاسة اللمس، يبدأ النمو الحركي واضحاً الطفل يواصل حركته المستمرة فلا يستطيع أن يبقى فترة طويلة في سكون، فيجري، يقفز، يلعب، يركب الدراجة. حيث يزداد نمو التآزر بين العضلات الدقيقة وتزداد مهارة الطفل في التعامل مع الأشياء والمواد، وتعتبر هذه الفترة هي فترة اكتساب عدد كبير من المهارات الحركية حيث يمارس الطفل الأعمال اليدوية ويشارك في عدد كبير من الألعاب. وتلعب المهارات الحركية دوراً هاماً في نجاح الطفل في هذه المرحلة سواء في أداء نشاطه المدرسي أو في لعبه مع غيره من الأطفال، ونظراً لنشاط الطفل الزائد وعدم استقراره، لا يستطيع الطفل في بداية هذه المرحلة الاستمرار في عمل لمدة طويلة، وإن الحاجة ملحة لتنظيم أوقات الطفل وتوزيعها بين الراحة واللعب لرغبة الطفل في اللعب المستمر وبذل النشاط.

النمو الحسي(الادراك الحس حركي):

تتضح في القدرة على الإدراك الحسي للأطفال من خلال بعض العمليات الحسية كالقراءة والكتابة والتعرف على الأشياء من خلال ألوانها، أشكالها، أحجامها، رائحتها، وكذلك أعداد وتعلم العمليات الحسابية الأساسية وإدراك الحروف الهجائية وتركيبها في كلمات وجمل،

ويتميز النمو الحسي للأطفال ابتداء من سن السادسة بالتوافق البصري والسمعي واللمسي الذي يتجه نحو الاكتمال بالتدريب في نهاية المرحلة، وتكون حاسة اللمس لديهم قوية.

النمو العقلي:

يتميز النمو العقلي للطفل في هذه المرحلة بالسرعة سواءً من حيث القدرة على التعليم أو التذكر أو التفكير أو التخيل، وكذلك نمو الذكاء وحب الاستطلاع ونمو المفاهيم، وإدراك العلاقة بين الأسباب والنتائج، ويتأثر النمو العقلي للطفل سلباً وإيجاباً بالمستوى الاجتماعي والثقافي والاقتصادي للأسرة، وكذا بالمدرسة ووسائل الإعلام. ويرتبط النمو العقلي إلى حد كبير بالنمو الاجتماعي والانفعالي لدى الأطفال، ولذلك فإن الأطفال الذين يعتمدون على والديهم يكون تقدمهم العقلي أقل من أولئك الذين يقطعون شوطاً أكبر في طريق استقلالهم الاجتماعي والانفعالي.

النمو الانفعالي:

تتميز هذه المرحلة بالهدوء والثبات الانفعالي عن ذي قبل، إلا أن الطفل لا يصل في هذه المرحلة إلى النضج الانفعالي المناسب، فهو قابل للاستثارة الانفعالية السريعة حيث يكون لديه بواق من الغيرة والتحدي والمخاوف التي قد يكون أكتسبها في المرحلة السابقة، ويتعلم الأطفال في هذه المرحلة كيف يشبعون حاجاتهم بطريقة أكثر من ذي قبل وتتكون لديهم العواطف والعادات الانفعالية المختلفة، وتتحسن علاقاته الاجتماعية والانفعالية مع الآخرين، وتكون لديه حساسية للنقد والسخرية من قبل الوالدين أو المعلمين أو الأقران، بينما يميل إلى نقد الآخرين، وتلعب الأسرة والمدرسة ووسائل الأعلام المختلفة دوراً كبيراً في نشوء العوامل الانفعالية المتنوعة لدى الأطفال.

المهارات الحركية الأساسية

إن مصطلح المهارات الحركية الأساسية، يطلق على النشاطات الحركية التي تبدو عامة عند معظم الأطفال وتتضمن نشاطات مثل رمي الكرات والتقاطها، والقفز والوثب، والحجل، والتوازن، وتعد ضرورية للألعاب المختلفة التي يقوم بها الأطفال.

ويضيف (علاوي ورضوان، 2000) إن مصطلح المهارات الحركية الأساسية يشير إلى "بعض مظاهر الإنجاز الحركي التي تظهر مع مراحل النضج البدني المبكرة مثل الحبو، والمشي، والجري، والدحرجة، والوثب، والرمي، والتسلق، والتعلق، ولأن هذه الأنماط الحركية

تظهر عند الإنسان في شكل أولي،لذا يطلق عليها أسم المهارات الحركية الأساسية، والتي وتعد متطلباً رئيسياً وقبلياً لأغلب المهارات المتعلقة بالألعاب الرياضية، وان الفشل في الوصول إلى التطور والإتقان لهذه المهارات يعمل كحاجز لتطور المهارات الحركية التي يتم استخدامها في الألعاب الرياضية، إذ أنه من الصعب إن يصبح الفرد ناجحاً في الأداء الحركي في لعبة كرة السلة على سبيل المثال، إذا لم تصل مهاراته الأساسية في الرمي واللقف والمحاورة والجري إلى مستوى النضوج فهنالك حاجز مهاري بين نمو أنماط مرحلة المهارات الحركية الأساسية، وأنماط مرحلة مهارات الألعاب، كما أن الطفل إذ لم يتمكن من تطوير المهارات الحركية الأساسية في مرحلة ما قبل المدرسة سوف يؤدي ذلك إلى مواجهة الطفل صعوبات كبيرة في تعلم مهارات الألعاب الرياضية في مراحل الطفولة والمراهقة.

وتضيف الباحثة بأن هذه المهارات تعد بمثابة القاعدة الأساسية للممارسة الحركية للطفل، إذ تعد الأساس المتين الذي تبنى عليه غالبية الألعاب الرياضية، لذلك فمن الأهمية إن تتبوأ مناهج تطوير المهارات الحركية الأساسية وأنماطها لمكانة ملائمة ومبكرة من حياة الطفل، وان هذه المهارات يجب أن لا تنال منا هذا الإهمال من خلال افتراض غير سليم مغزاه إن الطبيعة كفيلة بتنميتها، فعلى الرغم من إن تطور هذه المهارات يرجع إلى عوامل وراثية، إلا إن البيئة وما يتصل بها من تعليم وتدريب لها دور كبير في تطويرها، لذلك فمن الأفضل أن نوفر ظروفاً بيئية مناسبة لتطوير هذه المهارات في مرحلة ما قبل المدرسة حيث تعد هذه المرحلة مرحلة حيوية ومهمة للتطور الحركي عند الأطفال.

تصنيف المهارات الحركية الأساسية:

لقد تضمنت المؤلفات المتنوعة من بحوث ودراسات وكتب في مجال المهارات الحركية الأساسية، تصنيفات متعددة لهذه المهارات إذ يمكن تصنيف المهارات الحركية الأساسية إلى ثلاث تصنيفات رئيسية من كما أشار إليها (Gullahue,1996) وهي كلآتي:-

أولاً- المهارات الانتقالية:-

وهي تلك المهارات التي تؤدي إلى تحريك الجسم من مكان إلى آخر عن طريق تعديل موقعه بالنسبة لنقطة محددة على سطح الأرض، وتشمل المهارات الانتقالية، المشي، والجري، والوثب الطويل والعمودي، والحجل والتسلق وغيرها.

ثانياً- مهارات التحكم والسيطرة :-

وهي تلك المهارات التي تتطلب معالجة الأشياء أو تناولها بالأطراف كاليد والرجل أو استخدام أجزاء أخرى من الجسم، وتتضمن هذه المهارات وجود علاقة بين الطفل والأداة التي يستخدمها وتتميز بإعطاء قوة لهذه الأداة أو استقبال قوة منها، وتجمع مهارات التحكم والسيطرة بين حركتين أو أكثر، ومن خلال هذه المهارات يتمكن الأطفال من استكشاف حركة الأداة في الفضاء من حيث تقدير كتلة الشيء المتحرك، والمسافة التي يتحركها، وسرعة واتجاه الاداة، وتشمل مهارات التحكم والسيطرة مهارات كالرمي، والاستلام (اللقف)، والركل، ودحرجة الكرة، وتنطيط الكرة، والضرب، والالتقاط.

ثالثاً- مهارات الاتزان:-

وهي تلك المهارات التي يتحرك فيها الجسم حول محوره الرأسي أو الأفقي وتتضمن هذه المهارات:-

أ. الاتزان الثابت:- ويقصد به القدرة التي تسمح للطفل بالاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة.

ب .الاتزان الحركي:- ويقصد به القدرة التي تسمح للطفل بالتوازن أثناء أداء حركي معين، وتشمل مهارات ثبات واتزان الجسم مهارات كالثني، والمد، والمرجحة، واللف، والدوران، والدحرجة، والاتزان المقلوب، والاتزان على قدم واحدة، والمشي على عارضة التوازن.

القدرات التوافقية:

تعتبر القدرات التوافقية إحدى مكونات القدرات الحركية، وعامل مهم للربط بين القدرات البدنية والمهارية؛ للوصول إلى المستويات العليا والإنجاز الرياضي، (Juliuskasa,2005).
اذ عرف(Hirtz,2011) القدرات التوافقية: بأنها القدرة على تنظيم الحركة الدقيقة، والقدرة على التنسيق تحت ضغط الوقت، والقدرة على التكيف، والقدرة على تقديرالوضع. حيث اعتبرها علماء التدريب الرياضي بأنها إحدى العناصر الداخلية للإنجاز الرياضي (كالصفات النفسية والسلوكية، والقدرات المهارية والتكتيكية، والقدرات البدنية، والقدرات التوافقية). والعناصر الخارجية: (كالإمكانات المادية، وسلوك اللاعب الزميل، والأحوال الجوية، وسلوك المدرب، الجمهور، الحكم).(Hohmann,2003) . و ان وصول الطفل إلى مرحلة جيدة من النمو والنضج يعتبر الأساس للبدء بتدريب القدرات التوافقية من خلال التمارين المتنوعة، والتي

تهدف إلى رسم مسارات حركية متعددة في الدماغ، تساعد الطفل على سرعة استرجاعها وقت الحاجة إليها أثناء اللعب وأثناء الظروف المتغيرة التي تواجهه.(Hirtz, 2011)

هنا يتضح لنا مدى أهمية التدريب على القدرات التوافقية في التخطيط طويل المدى، والذي يهدف إلى الوصول لأعلى المستويات، وتحقيق الإنجاز. وخصوصا في المراحل العمرية الحساسة، والمتمثلة في مرحلة التدريب القاعدي التي تضم مرحلتي التدريب (الأساسي، البنائي). حيث يهدف التدريب الأساسي إلى تدريب المبتدئين عن طريق تطوير القدرات التوافقية والبدنية بشكل متنوع، وتطوير المعارف والمهارات الحركية الأساسية، وتطوير قابلية بذل الجهد، وإثارة الفرح والسرور، واكتشاف المواهب الرياضية. أما التدريب البنائي فيهدف إلى الارتقاء بمستوى القدرات التوافقية والمهارية، والارتفاع بمكونات الحمل التدريبي، وتعزيز الرغبة والاستعداد للإنجاز الرياضي. (Roth, 1998)

يشير (Hirtz, 2011)إن التدريب على القدرات التوافقية يتم من خلال تدريب الصفات البدنية والمهارية والحواس (أجهزة الاستقبال في الجسم) والتي تنقسم إلى:

1- أجهزة الاستقبال الخارجي: البصر، والسمع، واللمس.

- البصرية؛ حول الحركات المطلوبة، أو مراقبة حركات الآخرين.
- السمعية؛ إدراك الاتجاهات، وإلغاء المستقبلات البصرية لفترة بسيطة ومحددة.
- اللمسية؛ طبيعة الأسطح وشكلها، إلغاء المستقبلات البصرية لفترة بسيطة ومحددة.

2- أجهزة الاستقبال الداخلي: العضلات، والأوتار، والمفاصل.

- العضلات (المغازل العضلية)، طول العضلة
- أوتار جولجي (الأوتار)، توتر العضلة
- المفاصل (جسيمات روفيني وباسيني) وضع واتجاه وسرعة أجزاء الجسم.

ومما سبق يتضح أن أهمية القدرات التوافقية تكمن في:

القدرة العالية على تعلم الحركات والمهارات الجديدة بشكل عام، والحركات والمهارات المتعلقة بنوع النشاط التخصصي. السرعة في تعديل مهارة، القدرة على الأداء الحركي والمهاري بدرجة عالية من الاقتصاد في الجهد المبذول، الاستغلال الأمثل للقدرات البدنية لتحقيق الإنجاز، الاستخدام السريع والهادف للمهارات الرياضية في الشروط والمواقف المتغيرة. وتعتبر القدرات التوافقية مع باقي عناصر الإنجاز الأخرى مؤشر للتنبؤ بمستقل الرياضي.(Schnabel at el, 2008)

الذكاءات المتعددة:

لقد حدد جاردنر (1983) سبعة أنواع من الذكاءات المتميزة في نظرية الذكاءات المتعددة وهي كما يلي:

1- الذكاء اللغوي : هذا النوع من ذكاء الأطفال يخص التمتع بالقدرة على القراءة والكتابة وسرد القصص أو حل الكلمات المتقاطعة. يتضمّن الذكاء اللغوي حساسية الفرد للغة المنطوقة والمكتوبة ، القدرة على تعلم اللغات ، والقدرة على استعمال اللغة في تحقيق بعض الأهداف . وتشتمل هذه الذكاءات على القدرة على استعمال اللغة للتعبير عمّا يدور في النفس بشكل بلاغي أو شاعري ؛ واللغة تعني تذكّر المعلومات . فالكتّاب والشعراء والمحامون والخطباء يمتلكون بشكل كبير هذا النوع من الذكاء.

2- الذكاء المنطقي الرياضي للأطفال : يشتمل الذكاء المنطقي الرياضي على: القدرة على تحليل المشكلات منطقياً ، تنفيذ العمليّات الرياضية ، وتحرّي القضايا علمياً . وكذلك القدرة على اكتشاف الأنماط والإستنتاج والتفكير المنطقي . هذا النوع من الذكاء يرتبط غالباً بالعلوم والتفكير الرياضي.

3- الذكاء الموسيقي (الصوتي أو النغمي): .يتضمن الذكاء الموسيقي مهارة في الأداء , التركيب وتذوق الأنماط الموسيقية والنغمات وإعداد الدرجات الموسيقية والنغمات والإيقاعات. ويظهر عند الملحنين والمغنيين والموسيقين.إضافة إلى الذكاء العام الذي يتميزون به.

4- الذكاء الجسم حركي: يستلزم الذكاء الجسم حركي إمكانية استخدام كامل الجسم أو أجزاء منه لحل المشكلات، والقدرة على استخدام القدرات العقلية لتنسيق حركات الجسم ,وغالباً مايميز الرياضين ومن يمارسون الرقص ورجال الحرف المختلفة والجراحين. ويرى جاردنر أنّ النشاط العقلي والطبيعي ذو علاقة بهذا النوع من الذكاء.

5- الذكاء المكاني: يشتمل الذكاء المكاني على إمكانية التعرّف واستعمال الأماكن المفتوحة ، وكذلك المساحات المحصورة. فيظهر بوضوح لدى النحاتين ومن يعملون في مجال المساحة، ورسم الخرائط وفحص المباني.

6- الذكاء الاجتماعي: يهتم بالقدرة على فهم نوايا ودوافع ورغبات الآخرين ، إنه يسمح للجميع للعمل بفاعلية مع الآخرين. المربون ومندوبو المبيعات ورجال الدين والقادة السياسيون والمستشارون يحتاجون إلى شكل متطوّر من هذه الذكاءات.

7- الذكاء الشخصي (الذاتي): يستلزم الذكاء الشخصي الذاتي القدرة على فهم النفس (الذات) ، أن يقدّر الفرد مشاعره ومخاوفه ودوافعه . ومن وجهة نظر جاردنر لابد وأن نمتلك نموذج عملي فعّال عن أنفسنا، بحيث نكون قادرين على استعمال المعلومات في حياتنا.

الذكاء الجسم حركي :

يتمثل في القدرة على استخدام الجسم في انجاز مهارات او اعمال محددة تتفق مع مواقف او احداث معينة والتعامل مع الاشياء والحركات بحكمة وعقلية تؤدي الى تحريك الجسم بصورة دقيقة ومنظمة، ويعتبر وسيلة تعبير عن النفس عن طريق الحركة وكذلك امتلاك القدرة على الانتباه والتناسق والإتزان اثناء القيام بالواجبات الحركية المطلوبة .(عبيد وعفانه،2003).

ويعتبر ايضا هو الخبرة في استخدام الفرد لجسمه للتعبير عن الأفكار والمشاعر. كما يبدو في أداء (الممثل، الرياضي، الراقص) وسهولة استخدام اليدين في تشكيل الأشياء كما يبدو في أداء (النحات، الميكانيكي، الجراح) ويتضمن هذا الذكاء مهارات جسمية مثل: (التآزر، التوازن، المهارة، القوة، المرونة، السرعة). (حسين،2003)

ويركز هذا النوع من الذكاء على:

أ- الاتصال بين العقل والجسم.

ب- تحسين وتقوية الوظائف الجسمية.

ج- توسيع وتعميق الوعي بالجسد.

د- الحركة الفيزيقية ، والحكمة في الاستخدام الجسدي ، واستخدام الإيحاء الحركي في المخ الذي يسيطر على الحركة الجسدية.

*سمات وخصائص التلاميذ ذوي قدرات الذكاء الحركي, كما بينها حسين (2003) وهي كالآتي:

1- التفوق في واحدة أو أكثر من الألعاب الرياضية.

2- يحب أن يفك الأشياء إلى أجزاء ثم يجمعها مرة أخرى.

3- يظهر مهارة عالية في الأنشطة اليدوية ، (العمل بالمكعبات الخشبية ، الحياكة ، العمل بالآلات).

4- بارع في تقليد ومحاكاة إيماءات وحركات الآخرين أو طريقتهم المميزة في الكلام أو الأسلوب أو السلوك.

5- التمتع بالجري والقفز والتسلق والمصارعة.

6- يتحرك ويتململ قلقاً عندما يجلس مدة طويلة في مكان أو موضع واحد.

7- التمتع بالعمل بالصلصال أو الخبرات الملموسة مثل الرسم بالإصبع.

8- يمثل الأدوار المسرحية والقصص التي تعتمد على الحركة وله أسلوبه الخاص في التعبير.

9- يبتكر بعض الحركات ويستخدم أجزاء جسمه ليعطي تعبيرات معينة.

10- يستمتع كثيراً بالألعاب اليدوية (العمل بالآلات والأدوات).

العاب القوى للأطفال :

منذ زمن بعيد والأطفال يهتمون بموضوع التنافس مع بعضهم بعض،ويسعون الى مقارنة أنفسهم مع الأخرين،وهذا ما قد تتيحه منافسات ألعاب القوى بما تحتويه من مسابقات متنوعة تعتمد على الحركات الاساسية للفرد،وتكون بمثابة منتدى جيد لهذا النوع من التنافس بين الأطفال،لذا على المهتمين بالرياضة ابتكار منافسات مناسبة للأطفال تبنى على الأسس العلمية من خصائص اجتماعية ونفسية وبيولوجية.

كما هو ملاحظ بأن منافسات الأطفال في معظم الرياضات غالبا ما تشبه وتكون نسخة مصغرة لمنافسات الكبار،وهذا التوحيد الغير ملائم عادة ما يقود الى التخصص المبكر،والذي غالبا ما يكون ضد احتياجات النمو والتطور الحركي للأطفال .(جوزولي وأخرون،2006)

ينفرد الاتحاد الدولي لألعاب القوى لصياغة مفهوم جديد لألعاب القوى للصغار، يعمل على تنمية الجوانب الحركية والبدنية اضافة الى تطوير جوانب القدرات التوافقية التي تساعد برفع الاحتياجات التنموية للأطفال،حيث هذا النظام يعتبر ملائما لأشكال المنافسات للأطفال.(IAAF, 2006)

مفهوم مسابقات ألعاب القوى للأطفال :

تتميز مسابقات ألعاب القوى للأطفال بالإثارة، كما أنها تقدم تمارين ونماذج حركية جديدة للمسابقات، ومهام حركية مختلفة والتى تدار ضمن مسابقات الفرق في مواقع مختلفة من المكان المخصص للمسابقة، علاوة على ذلك يمكن لكثير من الأطفال المشاركة فيها وضمن فترة زمنية محددة، ويمكن من خلال مسابقات ألعاب القوى للأطفال تجريب وممارسة الحركات الرياضية الأساسية وهي (العدو، التحمل، الوثب/الدفع)، فى جو من المرح واللعب، فالمتطلبات البدنية بسيطة لهذه الألعاب ويمكن لأي طفل المشاركة فيها،عدا عن ذلك ان مسابقات العاب

القوى على شكل العاب حركية سوف تزود الأطفال بفرصة التدريب بأفضل الطرق والأساليب من الناحية الصحية والتعليمية وتحقيق الذات.(جوزولي وأخرون،2006)

أهداف مسابقات ألعاب القوى للأطفال:

حدد الاتحاد الدولي لألعاب القوى العديد من الأهداف التنظيمية لمفهوم العاب القوى للصغار، حيث كان من اولى اهدافه تنشيط عدد كبير من الاطفال في نفس المسابقة، والتي تقوم بتجريب اشكال متنوعة وأساسية لحركات ألعاب القوى، كما ان المساهمة في تحقيق نتائج جيدة ليس مقصورا فقط على الطفل الأقوى والأسرع، حيث ان لكل مهارة متطلبات متنوعة تبعا للمراحل السنية والقدرات التوافقية الضرورية لهذه المهارة، واضافة الى ذلك ادخال روح المغامرة والمرح على البرنامج.(.(IAAF, 2006)

واشار جوزولي وأخرون(2006) بأن محتوي أهداف مسابقات الاتحاد الدولي لألعاب القوي للأطفال لاعداد نماذج ومسابقات فرقية لألعاب القوى للأطفال هي كالتالي :

1- المشاركة فى النشاط البدني :يعمل الاتحاد الدولي لألعاب القوي للأطفال على تحفيز أطفال المدارس، النوادي، المؤسسات والمجموعات الأخرى على المشاركة فى الأنشطة البدنية ومحاولة التعرف على فوائد التدريب المنتظم بأنفسهم .

2- تحسين الحالة الصحية :يعد تشجيع الأطفال المشاركة فى الأنشطة الرياضية أحد أهم الأهداف التى تساعد على تحسين الحالة الصحية لهم على المدى البعيد. وكما يتضح أن الصحة البدنية تتحقق من خلال الحياة والنشطة والتى يمكن تحقيقها من خلال قاعدة عامة من أساسيات الحركة والرغبة فى المشاركة فى أنشطة متنوعة مدي الحياة .فإن ألعاب القوي تعد أكثر الأنشطة الرياضية ملائمة لترسيخ الأسس الصحية السليمة للنشاط الحركي ولذا فقد تم تسمية مسابقات ألعاب القوي للأطفال لتوجه هذا التحدي بتقديمها مهام مختلفة ومنسقة ومرتبطة بالمراحل السنية.

3- التفاعل الاجتماعي: يعمل برنامج مسابقات الاتحاد الدولي لألعاب القوي للأطفال على التشجيع لبناء فريق والتفاعل الاجتماعي بينهم، وذلك من خلال غرس القيم السامية فى كل فرد من أفراد الفرق وتشجيع اللاعبين للاشتراك فى مسابقات الفرق مما يحفزهم على العمل سوياً ويساعدهم على أدراك أهمية التعاون ويتم شرح المسابقة بشكل يوضح ويؤكد أهمية "اللعب النظيف "إضافة إلى القيم التربوية المرتبطة بمسابقات الاتحاد الدولي لألعاب القوي للأطفال.

4- تنمية روح المغامرة: الهدف الرئيسي لمنافسات الاتحاد الدولي لألعاب القوي للأطفال هو (التشويق أو الإثارة) الناتجة عن النتيجة النهائية ويعد تجريب المغامرة فى حد ذاته حافز ويمكنه مساعدة اللاعب على الاستمرار فى المسابقة. ولكن فمن المؤكد أن توقيع نتائج المسابقة يثير الدهشة. ومقارنة بمعايير منافسات ألعاب القوي للأطفال ونظام التسجيل يساعد على استمرار عدم توقيع بعض الأشياء ولذا تستمد الإثارة حتى النهاية.

برنامج المسابقات والمجموعات السنية

يتم تنفيذ مسابقات ألعاب القوى للأطفال في ثلاث مجموعات سنية:-

- المجموعة الأولى I : الأطفال من عمر 8 و9 سنوات .
- المجموعة الثانية II : الأطفال من عمر 10 و11 سنوات .
- المجموعة الثالثة III : الأطفال من عمر 12و 13 سنوات.
- المجموعة الرابعة IIII:الأطفال من عمر 7و8 سنوات.

كل مسابقة في المجموعة السنية الاولى والثانية تنفذ على انها سباق فرق. والمجموعة السنية الثالثة تنظم المسابقات على شكل سباقات تتابع أو مسابقات فردية ،وفيها يتم تقسيم المجموعات التي ستتنافس على نصفين فريق،وللانتقال من شكل الفريق الى الشكل الفردي لمنافسات الشباب، اذ يتنافس الاطفال لعدة مرات في كل مجموعات سباقات المراحل السنية ،ويتم تنظيم المسابقات وفقا لمبدأ التدوير .

في المجموعة الرابعة سوف تتضمن برامج المنافسة نماذج تعليمية خاصة بهذه المرحلة السنية ،حيث يقوم الاطفال بتجربة جميع الاشكال المختلفة لحركات ألعاب القوى وانهم يستفيدوا من تربية بدنية شاملة.

- النماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال للمرحلة السنية من عمر 7- 9سنوات.

1- التتابع المكوكي للعدو/الحواجز.

2- جري التحمل 8 دقائق.

3- فورميلا1.

4- جري السلم.

5- رمي الرمح للأطفال.

6- وثب بالحبل.

7- المربعات المتقاطعة.

8- الوثب الثلاثي داخل منطقة محددة.

9- دقة الرمي.

10- وثبة القرفصاء للأمام.

والملحق (1) يبين النماذج التعليمية الخاصة لألعاب القوى للأطفال (الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال، 2012).

الدراسات السابقة

دراسة ابو داري (2014) هدفت الى بناء مستويات معيارية للقدرات التوافقية للمرحلة العمرية (6-9) سنوات بهدف الانتقاء الرياضي حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي لملاءمته لطبيعة الدراسة وأهدافها. تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلاب في المرحلة العمرية (6-9) سنوات والتابعين لوزارة التربية والتعليم في المملكة الاردنية الهاشمية، واشتملت عينة الدراسة على (1069) طالبا وطالبة من مختلف الاقاليم والمحافظات، موزعين على ثلاث فئات عمرية: (6-7 سنوات) الصف الاول وعددهم 340 طالب وطالبة، (7-8 سنوات) الصف الثاني وعددهم 357 طالب وطالبة، (8-9 سنوات) الصف الثالث وعددهم 372 طالب وطالبة،استخدم الباحث مجموعة من الاختبارات لقياس القدرات التوافقية، اهم نتائج الدراسة الى بناء مستويات معيارية للقدرات التوافقية لكل صف من الصفوف الثلاث الاولى بالمرحلة العمرية (6-9)سنوات. واوصى الباحث باستخدام المستويات المعيارية كاداة لتقييم القدرات التوافقية، والاهتمام والتركيز على تدريب الاطفال في المرحلة العمرية (6-9) سنوات على القدرات التوافقية.

دراسة جبران (2013) هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج لتعليم المهارات الحركية الأساسية على القدرات الإدراكية الحركية للأطفال المعاقين عقليا القابلين للتدريب، وإلى العلاقة بين مستوى المهارات الحركية الأساسية وبين مستوى القدرات الإدراكية الحركية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا القابلين للتدريب، تكونت عينة الدراسة من (20) طفلا معاقا ذهنيا تراوحت أعمارهم بين (8-11). استخدم الباحثون المنهج التجريبي نظرا لملاءمته لطبيعة الدراسة وأهدافها. وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود أثر إيجابي للبرنامج التعليمي على مستوى المهارات الحركية الأساسية، والقدرات الإدراكية الحركية لدى عينة الدراسة، وكذلك وجود فروقات معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية، وأظهرت كذلك النتائج وجود علاقة ارتباط إيجابية بين تعلم مهارات التحكم

والسيطرة ومهارة التوازن، وبين القدرات الإدراكية الحركية لدى هذه الفئة من المعاقين ذهنيا، ويوصي الباحث بضرورة التركيز على مهارات التحكم والسيطرة والتوازن في دروس التربية الرياضية للمعاقين ذهنيا لما لها من أثر إيجابي على تطوير القدرات التوافقية .

دراسة كاظم وفاضل (2013) هدفت الى التعرف الى تأثير منهج تعليمي باستخدام الوسائط المتعددة في تطوير الذكاء الجسم حركي ودقة الضربة الطائرة بالاسكواش ،وتم استخدام المنهج التجريبي لملاءمته لمشكلة البحث حيث اشتمل مجتمع البحث على لاعبي منتخب محافظة بابل بالاسكواش والبالغ عددهم (16) لاعبا ،وتم تقسيمهم بالطريقة العشوائية الى مجموعتين ضابطة وتجريبية ،وكان من أهم النتائج أن المجموعة الضابطة في اختبار الذكاء الجسم حركي لها تطور ضئيل مقارنة بالمجموعة التجريبية ، واوصى الباحثان بضرورة استخدام الوسائط المتعددة في تطوير الذكاء الجسم حركي وتعلم الضربة الطائرة بالاسكواش للناشئين.

دراسة علي والزبيدي (2012) هدفت الى التعرف الى أثر نمط التربية الرياضية البدني– الحركي في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية الاساسية لدى تلاميذ الصف الثالث ابتدائي. واستخدام الباحثان المنهج التجريبي وذلك لملاءمته لطبيعة ومشكلة البحث، وتكونت عينة البحث من تلاميذ الصف الثالث ابتدائي من مدرسة كلية المعلمين للتطبيقات الابتدائية المختلطة والبالغ عددهم (40) تلميذ، واظهرت النتائج ان هناك تأثير لنمط الدرس البدني– الحركي على تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية الاساسية، كما تبين تفوق نمط الدرس البدني–الحركي على الاسلوب الامري في تطوير بعض الصفات والمهارات الحركية الاساسية (الوثب– رمي الكرة- الحجل– الجري). واوصى الباحثان بمراعاة استخدام طرائق وأنماط تدريسية مختلفة في دروس التربية الرياضية وعدم الاقتصار على طريقة واحدة اونمط معين او اسلوب لجميع الدروس من أجل بلوغ الأهداف التربوية والتعليمية .

دراسة عفانة (2012) هدفت الى بناء مستويات معيارية لبعض مظاهر النمو الحركي لدى طلبة الصفوف الأربع الأولى في محافظة نابلس بهدف التعرف على مظاهر النمو الحركي لدى مجتمع الدراسة، وكذلك لتحديد الفروق لمظاهر النمو الحركي تبعا لمتغيري الجنس والعمر، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لملائمته لهذه الدراسة؛ حيث تكون مجتمع الدراسة

من طلبة الصفوف الأربع الأولى في محافظة نابلس، والبالغ عددهم (40985) طالبًا وطالبة، حيث بلغ عدد أفراد العينة (464) طالبًا وطالبة موزعين في (16) شعبة، بلغ عدد الطلاب (249) طالبًا، (215) طالبة، توصلت الباحثة إلى أن أقل المهارات التي تباين أداء الطلبة فيها كانت مهارة اللقف، وأكثر المهارات كان الأداء متباينا فيها هي مهارة ركل الكرة، وكان هناك قصور في مستوى أداء المهارات الحركية لدى أفراد عينة البحث نتيجة لعدم الاهتمام بدرس التربية الرياضية. وأوصت الباحثة بوضع مؤشرات معيارية للمهارات الحركية الأساسية التي لم تشر إليها الباحثة.

دراسة Broďáni & Šimonek (2012) هدفت إلى التعرف على أهمية تنمية القدرات التوافقية كمتطلب أساسي لما لها من أهمية مستقبلية على صعيد الأداء الرياضي، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد تم تحليل القدرات التوافقية التي تم اتباعها للتنبؤ بأداء لاعبي هوكي الجليد للفئة العمرية من (11-15) سنة، وكان عدد أفراد العينة 283 طالبا وزعوا كالتالي (11سنة 63 طالبا، 12 سنة 57 طالبا، 13 سنة 56 طالبا، 14 سنة57 طالبا، 15سنة50 طالبا) من جمهورية سلوفاكيا. وتم استخدم 7 معايير حركية ل (هيرتز)على اللاعبين بصورة فردية، وتم تحويل النتائج على صيغة نقاط بناء على خمسة مستويات من التوافق، مرتبطة بهوكي الجليد؛ للحصول على علاقة واحدة للاختبار. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى دلالة إحصائية لكل من القدرات التالية (القدرة على التكيف مع الأوضاع المختلفة، والقدرة الإيقاعية، والقدرة على تقدير الوضع) كقدرات لها الأثر الأكبر في الأداء الأفضل لممارسي رياضة الهوكي من الناشئين.

دراسة مكي وحسين (2012) هدفت هذه الدراسة الى تقنين اختبارات الذكاء الحركي على اطفال الرياض بعمر (5-6) في مدينة الموصل، تقييم مستوى الذكاء الحركي لدى اطفال الرياض الذكور بعمر (5-6) سنوات، وضع مستويات ودرجات معيارية لإختبارات الذكاء الحركي لأطفال الرياض الذكور. واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي على عينة قوامها (1860) طفل موزعين الى 28 رياض حكوميا من مجمع البحث المتمثل من اطفال الرياض الذكور الصف التمهيدي المرحلة العمرية (5-6) سنوات بمدارس رياض الاطفال في مدينة الموصل والمسجلين للعام الدراسي (2012/20011)، واشارت نتائج الدراسة الى ان اختبارات الذكاء الحركي كانت ملائمة لعينة البحث، تمتع اغلب الأطفال من عمر (5-6) سنوات بمستوى ذكاء حركي متوسط فأكثر، واهم ما اوصت به الدراسة هو

استخدام اختبارات الذكاء الحركي من قبل القائمين والمسؤولين على الرياضة لمعرفة مستويات الاطفال العقلية المعرفية بتأكيد على المعلمين والمدربين على اهمية مستوى الذكاء الحركي لدى الاطفال عند اختيارهم وانتقائهم لممارسة الألعاب والفعاليات الرياضية المختلفة .

دراسة Izuhara(2011) هدفت إلى مقارنة مستويات القدرات التوافقية بين طلاب الصف الأول في ألمانيا واليابان، واشتملت عينة الدراسة على 200 طفل مقسمة بين البلدين، وتم اختيار أفراد العينة بالطريقة العمدية بناء على الطول والوزن والبلدة التي أجريت فيها الدراسة، واستخدم الباحث بطارية اختبار لايبزغ (LKT) المكون من خمس محطات (القدرة على: تقدير الوضع، والاستجابة السريعة، والتوازن، والتكيف مع الأوضاع المختلفة، والإيقاع الحركي) للوصول لمستويات القدرات التوافقية للأفراد عينة الدراسة، وأظهرت النتائج أن الأطفال في ألمانيا تميزوا بالقدرة على تقدير الوضع، و القدرة على التكيف مع الأوضاع المختلفة عن الأطفال في اليابان، بينما تفوق أطفال اليابان على أطفال ألمانيا في قدرة التوازن، والقدرة على الإيقاع الحركي، ولم تكن أي فروق دالة إحصائيا بين أفراد العينة في القدرة على الاستجابة السريعة.

دراسة خريسات (2010) هدفت إلى بناء بطارية اختبار لقياس المهارات الحركية والبدنية الأساسية لتلميذ المرحلة الأساسية من (6-9) سنوات كمؤشر للانتقاء الرياضي للألعاب الجماعية وبناء مستويات معيارية. استخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت عيينة الدراسة من (150) طالبا وزعوا حسب ثلاث فئات عمرية: من سن (6-7، 7-8، 8-9)، وكان عدد كل منها (50) طالبا. وقام الباحث بتطبيق أربعة وعشرين اختبارا على أفراد العينة؛ لقياس ثماني مهارات حركية، كما استخدم التحليل العاملي أسلوبا إحصائيا لبناء بطارية اختبار مقترحة، وقد توصل الباحث إلى ستة عوامل أساسية وتفسير خمسة منها في ضوء محك جيلفورد، وهذه العوامل هي: القوة الانفجارية (الوثب من الحركة)، وقوة عضلات الرمي (رمي الكرة الطبية)، وقوة التوافق (الدوائر المرقمة)، وقوة الحجل (الحجل خمسة أمتار)، والمرونة (مرونة الجذع). واستطاع الباحث بناء مستويات معيارية لكل فئة عمرية من أفراد العينة.

دراسة نصرة (2009) هدفت الى اكتشاف وتنمية الذكاءات المتعددة في اطار نظرية جاردنر لدى أطفال ما قبل المدرسة. وهدفت الدراسة الى اكتشاف تنمية الذكاءات المتعددة لدى أطفال ماقبل المدرسة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته وهذه الدراسة، على عينة

قوامها (80) طفل وطفلة من اطفال الرياض في مدرسة 24 اكتوبر التجريبية للغات في محافظة الاسماعيلية، وقد استخدم الباحث في الدراسة الادوات الخاصة لجمع البيانات وهي عبارة عن مقياس الذكاءات المتعددة، انشطة الذكاءات المتعددة. واشارت نتائج الدراسة الى وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الاطفال في القياس البعدي للذكاءات السبعة ،وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات ودرجات الأطفال في القياس القبلي والبعدي للذكاءات السبعة .

دراسة سلطان وابو العلا (2009) هدفت الى تحديد المرحلة السنية المناسبة لبدء وتعليم المهارات الاساسية لكرة القدم، التعرف الى مستوى أداء القدرات التوافقية والمهارات الحركية الاساسية المختارة قيد الدراسة للأطفال في المراحل السنية (4-9) سنوات، التعرف الى تأثير البرنامج التعليمي التدريبي المقترح على تعلم المهارات الاساسية لكرة القدم كل مهارة على حدة لأطفال المرحلة السنية المختارة. وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي وقد بلغت عينة الدراسة بالطريقة العشوائية (150) طفلا من مدرسة الجيل الجديد لرياض الاطفال في مدينة ديروط، وبراعم مدرسة كرة القدم بنادي ديروط الرياضي وتم تصنيفهم (30) طفلا في كل مرحلة من المراحل السنية المذكرة، وقد اشارت النتائج الى ان المرحلة السنية من (6-7) سنوات هي المرحلة العمرية المناسبة لبدء ممارسة وتعلم بعض مهارات كرة القدم، وجود فروق دالة احصائيا في جميع اختبارات القدرات التوافقية واختبارات المهارات الحركية الاساسية للمراحل العمرية (4-9)، وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياس القبلي والبعدي في بعض المهارات الاساسية في كرة القدم للمرحلة السنية (6-7) واهم ما اوصت به الدراسة تبدأ ممارسة كرة القدم من المرحلة العمرية (6-7)سنوات لتعليم وتدريب المهارات الاساسية البسيطة، استخدام البرنامج التعليمي التدريبي المقترح للمرحلة السنية المختارة عند التدريب والتعلم .

دراسة عبدالحكيم (2007) التي هدفت الى التعرف الى تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام القدرات التوافقية لتحسين فاعلية الأداء المهاري والخططي لناشئي الملاكمة، هدفت إلى وضع برنامج تدريبي مقترح باستخدام القدرات التوافقية؛ لتحسين فاعلية الأداء، والتعرف على مدى تأثيره، بالإضافة إلى التعرف على مستوى فاعلية الأداء المهاري و الخططي، استخدم الباحث المنهج التجريبي، كما تم اختيار العينة بالطريقة العمدية، وتكونت عينة الدراسة من (45) لاعبا ناشئا من لاعبي الملاكمة في مدينة أسيوط، وقسمت العينة إلى ثلاث

مجموعات: ضابطة (15) لاعبا، تجريبية (15) لاعبا واستطلاعية (10) لاعبين، وتوصل الباحث إلى أن هناك فروقا دالة إحصائيا بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي، بالنسبة للقدرات البدنية والمهارية والفنية والعقلية والقدرات التوافقية، وأوصى الباحث باستخدام البرنامج المقترح للفئات العمرية الأخرى.

دراسة Witkowski(2005) هدفت الى التعرف الى خصائص القدرات التوافقية كمعيار للتنبؤ بمستوى الإنجاز للاعبي كرة القدم، وقد أجريت الدراسة بهدف التعرف على خصائص القدرات التوافقية لاستخدامها كمعيار للتنبؤ بإنجاز لاعبي كرة القدم؛ وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وذلك بهدف التوصل إلى مجموعة من الاختبارات المركبة لمجموعة الخصائص التوافقية المحددة التي يمكن استخدامها في عمليات انتقاء الناشئين أو اللاعبين ذوي المستويات العليا، وتحديد مدى قدرة الاختبارات على التنبؤ بمستوى خصائص القدرات التوافقية لدى الناشئين من 12- 14، وقد توصلت هذه الدراسة إلى أن عناصر القدرات التوافقية لها دور هام في انتقاء الناشئين أو اللاعبين ذوي المستويات العليا.

دراسة Kruger(2003) هدفت إلى تقييم تأثير برنامج المهارات الحركية لمدة (8) أسابيع لفحص المهارات الحركية الأساسية على التطور البدني، والمعرفي لطلاب الصف الأول الابتدائي، تمت الدراسة في جنوب إفريقيا، وتم تقسيم الأطفال إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، ومن نتائج الدراسة أن البرنامج التدريبي المهاري أدى إلى تحسين بعض المهارات، كما أدى إلى تحسين الأداء بصورة معنوية لدى أفراد المجموعة التجريبية، ولم يكن هناك فرق بين المجموعتين في بعض المهارات الحركية الأخرى.

التعليق على الدراسات

من خلال اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة لاحظت أن الدراسات المتعلقة بالمهارات الحركية الأساسية والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي ركزت على هذه المتغيرات كلا على حدا فالدراسات التي تطرقت للمهارات الحركية الأساسية قد ركزت على المهارات بشكل عام، والدراسات التي تحدثت عن القدرات التوافقية هدفت إلى ضرورة التدريب على هذه القدرات التوافقية بالإضافة للدراسات التي تطرقت إلى موضوع الذكاءات المتعددة لم تعطي جانب من الإهتمام إلى موضوع الذكاء الجسم حركي المهم لهذه المرحلة العمرية (7-9) سنوات.

ويظهر تميز هذه الدراسة بأنها تهدف إلى معرفة أثر برنامج مقترح على ثلاث متغيرات مهمة في مرحلة تأسيس وبناء الأطفال في المراحل الأولى من التدريب الرياضي طويل المدى، وهذه تشمل المهارات الحركية الأساسية والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي وتحت تأثير متغير مستقل واحد وهو النماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال.

مجالات الدراسة

أولا: المجال البشري

اشتملت عينة الدراسة على الأطفال في المرحلة العمرية من (7-9) سنوات والبالغ عددهم (22)

ثانيا: المجال الزماني

قامت الباحثة بإجراء الدراسة بكافة مراحلها في الفترة الزمنية (2015/8/16-2015/11/12)

ثالثا: المجال المكاني

قامت الباحثة بإجراء الدراسة في مدرسة الجيزة الثانوية– البادية الوسطى- التابعة لوزارة التربية والتعليم .

الفصل الثالث

اجراءات الدراسة

المنهج

المجتمع

العينة

تكافؤ العينة

أدوات جمع البيانات

المعاملات العلمية للإختبار

إجراء التجربة

متغيرات الدراسة

الاحصاء المستخدم

اجراءات الدراسة

يشتمل هذا الفصل على منهج الدراسة وعينتها والمتغيرات والأدوات والاجراءات والمعالجات الاحصائية المستخدمة فيها .

منهج الدراسة

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي نظرا لملائمته لطبيعة الدراسة وأهدافها وتساؤلاتها، باحدى صوره : القياسين القبلي والبعدي لمجموعتين تجريبة وضابطة وفق التصميم المستخدم:
المجموعة التجريبية (تطبيق النماذج التعليمة الخاصة بألعاب القوى للأطفال): قياس قبلي– برنامج تدريبي للنماذج التعليمية- قياس بعدي.
المجموعة الضابطة (تطبيق حصص التربية الرياضية): قياس قبلي – حصص التربية الرياضية – قياس بعدي.

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من الاطفال في المرحلة العمرية من (7-9) سنوات في مدرسة الجيزة الثانوية في البادية الوسطى التابعة لوزارة التربية والتعليم. البالغ عددهم(105)طالب .

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من الأطفال في المرحلة العمرية من (7-9) سنوات، والذي يبلغ عددهم (22) تلميذ، حيث تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع الدراسة، وتم تقسيمهم الى مجموعتين: مجموعة تجريبية تقوم بتطبيق النماذج الخاصة بألعاب القوى للأطفال، ويبلغ عددهم (12) تلميذ، والمجموعة الضابطة التي تقوم بتطبيق حصص التربية الرياضية الخاصة للمرحلة العمرية (7-9)، ويبلغ عددهم(10) تلميذ. والجدول (1) يوضح توصيف العينة من حيث المتغيرات الديمقرافية (الطول، الوزن، والعمر).

الجدول 1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للوزن والطول والعمر لدى أفراد عينة الدراسة

المتغير	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الوزن (كغم)	الضابطة ن=10	25.68	4.21
	التجريبية ن=12	25.33	3.13
الطول (سم)	الضابطة ن=10	128.3	4.59
	التجريبية ن=12	127.57	6.92
العمر (سنة)	الضابطة ن=10	8	0.81
	التجريبية ن=12	8	0.85

تكافؤ عينة الدراسة

تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب متغيرات الدراسة للمجموعتين الضابطة والتجريبية لإجراء التكافؤ بين مجموعتي الدراسة في القياس القبلي والجداول (2) و(3) و(4) يوضح ذلك:

الجدول 2 . المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب اختبارات المهارات الحركية الأساسية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس القبلي

المهارات الحركية الأساسية	الاختبار (وحدة القياس)	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	Z	مستوى الدلالة
مهارات الإنتقال	مشي 30م (ث)	الضابطة	13.10	131	44	1.05-	0.29
		التجريبية	10.17	122			
	جري 30م(ث)	الضابطة	14.4	144	31	1.9-	0.06
		التجريبية	9.08	109			
	وثب طويل من الثبات(م)	الضابطة	9.15	91.5	36.5	1.5-	0.12
		التجريبية	13.46	161.5			
	الحجل 10م (ث)	الضابطة	13.85	138.5	36.5	1.55-	0.12
		التجريبية	9.54	114.5			
مهارات التحكم والسيطرة	رمي كرة تنس(م)	الضابطة	9.3	93	38	1.4-	0.14
		التجريبية	13.33	160			
	دفع كرة طبية (م)	الضابطة	9.65	96.5	41.5	1.2-	0.22
		التجريبية	13.04	165.5			
مهارات الإتزان	السكة الحديدية (ث)	الضابطة	13.1	131	44	1.05-	0.29
		التجريبية	10.17	122			

*دال عند مستوى α ≦0.05

الجدول 3 . المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب اختبارات القدرات التوافقية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس القبلي

القدرات التوافقية	الإختبارات (وحدة القياس)	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	Z	مستوى الدلالة
القدرة على تقدير الوضع	المربعات المرقمة (ث)	الضابطة	6.79	2.37	10.55	105.5	50.5	0.62-	0.53
		التجريبية	7.15	1.57	12.29	147.5			
القدرة على الإستجابة السريعة	اختبار (T) (ث)	الضابطة	2.99	0.41	14.4	144	31	1.9-	0.06
		التجريبية	2.66	0.22	9.08	109			
القدرة على الربط الحركي	الدحرجة واللقف والرمي (ث)	الضابطة	3.74	0.94	9.3	93	38	1.4-	0.14
		التجريبية	4.13	0.6	13.33	160			

القدرة على التكيف مع الأوضاع المختلفة	الصناديق الملونة (ث)	الضابطة	6.97	3.58	10.95	109.5	54.4	0.36-	0.71
		التجريبية	6.13	0.75	11.96	143.5			
القدرة على الإيقاع الحركي	السلم	الضابطة	3.19	0.58	10.95	109.5	54.5	0.36-	0.71
		التجريبية	3.25	0.65	11.96	143.5			

*دال عند مستوى α ≥0.05

الجدول 4 . المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب اختبارات الذكاء الجسم حركي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس القبلي

قدرات الذكاء الجسم حركي	الاختبارات (وحدة القياس)	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	Z	مستوى الدلالة
الإنتباه	اسقاط الكرة (م)	الضابطة	0.76	0.28	16.6	166	39	1.3-	0.17
		التجريبية	0.58	0.34	7.25	87			
التذكر	اللف حول الدائرة (ث)	الضابطة	19.12	1.33	13.6	136	39	1.3-	0.16
		التجريبية	18.15	1.45	9.75	117			
التمييز	المسطرة الملونة (سم)	الضابطة	0.19	0.06	12	120	55	0.33-	0.74
		التجريبية	0.19	0.1	11.08	133			
التخيل	الصوت والحركة (ث)	الضابطة	13.56	3.21	12.8	128	47	0.85-	0.39
		التجريبية	14.0	1.1	10.42	125			
التفكير والحفظ	المشي للدائرة (م)	الضابطة	1.12	0.41	10.9	109	54	0.39-	0.69
		التجريبية	1.16	0.50	12	144			

*دال عند مستوى α ≥0.05

يتضح من خلال الجدول (2) و(3) و(4) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات رتب متغيرات الدراسة في القياس القبلي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية، مما يدل على التكافؤ بين أفراد المجموعتين.

أدوات جمع البيانات

قامت الباحثة بالأطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة للإختبارات لعمل وإعداد اختبارات خاصة بمتغيرات هذه الدراسة ، حيث أن الباحثة قامت بتصميم بطارية إختبار المهارات الحركية الأساسية، وقامت بإستخدام بطارية دراسة أبو داري (2014) للقدرات التوافقية، وبطارية دراسة الغريري (2012) لقدرات الذكاء الجسم حركي، والمبينة في الجداول (5، 6، 7).

الجدول 5 . إختبارات المهارات الحركية الاساسية

رقم الإختبار	الإختبار	الصفة المقاسة	وحدة القياس
1	مشي 30م	مهارات الإنتقال	الثانية
2	جري 30م		الثانية
3	وثب طويل من الثبات		متر
4	الحجل 10م (الرجل المختارة)		الثانية
5	رمي كرة التنس	مهارات التحكم والسيطرة	متر
6	دفع كرة طبية		متر
7	السكة الحديدية	مهارة الإتزان	الثانية

الجدول 6. اختبارات القدرات التوافقية

رقم الإختبار	الإختبار	الصفة المقاسة	وحدة القياس
1	المربعات المرقمة	القدرة على تقدير الوضع	الثانية
2	إختبار (T)	القدرة على الإستجابة السريعة	الثانية
3	الدحرجة واللقف والرمي	القدرة على الربط الحركي	الثانية
4	الصناديق	القدرة على التكيف مع أوضاع مختلفة	الثانية
5	السلم	الإيقاع الحركي	الثانية

الجدول 7. اختبارات الذكاء الجسم حركي:

رقم الإختبار	الإختبار	الصفة المقاسة	وحدة القياس
1	اسقاط الكرة	الإنتباه	متر
2	اللف حول الدائرة	التذكر	الثانية
3	المسطرة الملونة واليدين	التمييز	متر
4	الصوت والحركة	التخيل	الثانية
5	المشي للدائرة	التفكير والحفظ	المتر

والملحق رقم (2) يوضح وصف الاختبارات بالدراسة الحالية وطرق تنفيذها وقياسها.

المعاملات العلمية للأختبارات

أولا: صدق الاختبارات

قامت الباحثة بمراجعة العديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة والأبحاث العلمية المتعلقة بالمهارات الحركية الأساسية، والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي، حيث تم اختيار الاختبارات التي تقيس المهارات الحركية الأساسية، والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي، التي تميزت بصدقها وثباتها وأقر بصلاحيتها الكثير من الخبراء والمختصين، ولم تكتفي الباحثة بذلك؛ فقامت بالتحقق من صدق محتوى هذه الاختبارات؛ حيث تم عرضها على مجموعة من

الخبراء والمختصين؛ لابداء الرأي وتدوين ملاحظاتهم حول مدى ملائمة هذه الاختبارات لتحقيق أهداف الدراسة، والملحق رقم(3) يبين اسماء هؤلاء الخبراء ،وقد تم الأخذ بأرائهم واعتماد الاختبارات التي حصلت على موافقتهم وبناء عليه تم اعتماد الاختبارات .

ثانيا: ثبات الاختبارات

تم استخدام معامل الارتباط سبيرمان لحساب الثبات في قياس متغيرات الدراسة بأسلوب تطبيق الاختبار وإعادة تطبيق الاختبار(Test-Retest)، وذلك بفاصل زمني بين التطبيق الأول والثاني مدته ستة أيام وذلك على أفراد عينة التقنين (الدراسة الاستطلاعية) والبالغ عددهم (5) والتي تم استبعاد نتائجها من الدراسة، وبنفس الشروط والجدول (8) يبين معامل إرتباط سبيرمان لحساب الثبات في متغيرات الدراسة.

الجدول8. معامل إرتباط سبيرمان لحساب الثبات في متغيرات الدراسة ن=5

القدرات	الاختبارات	معامل الثبات
اختبارات المهارات الحركية الأساسية		
مهارات الإنتقال	مشي 30م	0.82*
	جري 30م	0.89*
	وثب طويل من الثبات	0.81*
	الحجل 10م	0.84*
مهارات التحكم والسيطرة	رمي كرة تنس	0.82*
	دفع كرة طبية	0.84*
مهارات الإتزان	السكة الحديدية	0.76*
اختبارات القدرات التوافقية		
القدرة على تقدير الوضع	المربعات المرقمة	0.81*
القدرة على الإستجابة السريعة	اختبار (T)	0.84*
القدرة على الربط الحركي	الدحرجة واللقف والرمي	0.86*
القدرة على التكيف مع الأوضاع المختلفة	الصناديق الملونة	0.79*
القدرة على الإيقاع الحركي	السلم	0.77*
اختبارات قدرات الذكاء الجسم حركي		
الإنتباه	اسقاط الكرة	0.89*
التذكر	اللف حول الدائرة	0.82*
التمييز	المسطرة الملونة	0.84*
التخيل	الصوت والحركة	0.85*
التفكير والحفظ	المشي للدائرة	0.87*

*دال عند مستوى $\alpha \leq 0.05$

أشارت نتائج الجدول (8) إلى أن قيم معامل إرتباط سبيرمان تراوحت بين (0.76) و(0.89)، وتعد هذه القيم مناسبة وتدل على ثبات إختبارات الدراسة مما يدلل على صلاحية الإختبارات لقياس الهدف الموضوع.

إجراء التجربية

أولا: البرنامج التعليمي للمجموعة التجريبية

تم تطبيق نماذج تعليمية خاصة بألعاب القوى للأطفال حسب نظام الإتحاد الدولي لألعاب القوى للمرحلة العمرية من (7-9) سنوات، حيث كان هناك نماذج تعليمية لكل مسابقة من مسابقات العاب القوى للأطفال، حيث يتبع فيها خطوات تعليمية متدرجة لكل مهارة من مهارات ألعاب القوى ويؤخذ بعين الأعتبار احتياجات الأطفال في هذه المرحلة العمرية، وكذلك تتضمن تقديم ألعاب حركية شيقة للأطفال ومقبولة، وهذه النماذج التعليمية تقوم بتعليم وتدريب الأطفال بهذه المرحلة العمرية على بعض مسابقات ألعاب القوى للأطفال وتشمل ما يلي :

(العدو، الحواجز، جري التحمل، الدفع، الرمي، الوثب بجميع الاتجاهات).

والملحق رقم (4) يوضح البرنامج التعليمي.

ثانيا: تطبيق النماذج

تم تطبيق النماذج التعليمية على أفراد العينة التجريبية في الفترة الزمنية (2015/8/30- 2015/11/5).

وقد بلغت مدة التطبيق 10 أسابيع بواقع وحدتين تدريبيتين كل أسبوع، مدة الوحدة التدريبية (45 د) هي زمن الحصة في المدارس.

ثالثا: إجراءات الاختبارات

إجراء الإختبارات القبلية

تم إجراء الاختبارات القبلية على المجموعتين التجريبة والضابطة في الفترة الزمنية (2015/8/23-2015/8/27) بحيث تم إعطاء فترة راحة بين كل مجموعة إختبارات بمدة لا تزيد عن 24 ساعة.

إجراءات الإختبارات البعدية

تم إجراء القياسات البعدية للإختبارات السابقة عقب الإنتهاء من تطبيق النماذج التعليمية في الفترة الزمنية (2015/11/8-2015/11/12) بنفس الطريقة والكيفية التي تم إستخدامها في القياسات القبلية.

الدراسة الإستطلاعية

في ضوء مشكلة الدراسة وأهدافها ومن أجل الحصول على أفضل طريقة لإجراء الإختبارات المختارة وللحصول على نتائج دقيقة وللمساهمة في القيام بالترتيبات الإدارية والفنية قامت الباحثة بإجراء دراسة إستطلاعية، على عينة من خارج عينة الدراسة وعددها (5) أطفال، في الفترة الزمنية (2015/8/16-2015/8/20) بهدف :

- تعريف فريق العمل المساعد على ما هية الإختبارات وطرق القياس والتسجيل.
- التعرف إلى الصعوبات التي قد تواجه تطبيق العينة الرئيسية للنماذج التعليمية.
- التعرف إلى ملائمة الأدوات والأجهزة المستخدمة في الإختبارات والتدريب.
- التعرف إلى التسلسل المنطقي لإجراء الإختبارات وتسلسل النماذج بالطريقة المناسبة.
- التأكد من توفر جميع المتطلبات لتنفيذ النماذج.
- التأكد من ثبات الاختبارات من خلال التطبيق وإعادة التطبيق.

الأدوات المستخدمة

من أجل جمع البيانات المطلوبة وتحقيق أهداف الدراسة إستخدمت الباحثة الأدوات والأجهزة التالية:

- حقيبة الإتحاد الدولي الخاص بالنماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال
- ساعات إلكترونية (عدد5) تقيس لأقرب (100/1) من الثانية.
- مخاريط بلاستيكية (عدد 8) لتحديد المسافات والمحطات.
- شريط قياس (كركر).
- فرشات.
- كرات طبية (2كغ) عدد 2.
- كرات تنس عدد 5.
- كرات بولسترين عدد3.
- كرات بلاستيكية (800غ) عدد 3.

- صناديق ملونة عدد 6.

والملحق رقم (5) يبين هذه الأدوات.

متغيرات الدراسة

اشتملت هذه الدراسة على المتغيرات الآتية:

أولا : المتغيرات المستقلة

تمثلت المتغيرات المستقلة في هذه الدراسة بالنماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال .

ثانيا: المتغيرات التابعة

وتتمثل المتغيرات التابعة في أداء أفراد العينة في الاختبارات المستخدمة في الدراسة وهي كلآتي :

1- المهارات الحركية الأساسية.(مهارات انتقال ،ومهارات التحكم والسيطرة ، مهارات الاتزان).
2- القدرات التوافقية.
3- الذكاء الجسم حركي.

المعالجات الإحصائية:

تم استخدام برنامج التحليل الاحصائي (SPSS) لاستخراج:

1- المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية.
2- معامل الإرتباط سبيرمان (Spearman) لحساب ثبات الاختبارات.
3- مان وتني (Mann-Whitney) لحساب الفروق بين العينتين المستقلتين .
4- ويلكوكسون (Wilcokson) لحساب الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لنفس المجموعة.

الفصل الرابع

عرض النتائج

مناقشة النتائج

عرض ومناقشة النتائج

أولا: عرض النتائج

عرض التساؤل الأول والذي ينص على **(هل يوجد أثر للنماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال على المهارات الحركية الأساسية والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي لدى الأطفال من عمر (7-9) سنوات؟).**

تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار ويلكوكسون (Wilcokson) لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متغيرات الدراسة والجداول (9) و(10) و(11) توضح ذلك.

الجدول 9 . المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار ويلكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطي رتب اختبارات المهارات الحركية الاساسية في القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية

المهارات الحركية الأساسية	الاختبار (وحدة القياس)	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	مستوى الدلالة
مهارات الإنتقال	مشي 30م (ث)	القبلي	12.96	1.59	السالبة	12	6.5	78	3.1-	*0.0
		البعدي	10.77	1.43	الموجبة	0	0.0	0.0		
	جري 30م(ث)	القبلي	6.51	0.61	السالبة	12	6.5	78	3.1-	*0.0
		البعدي	6.1	0.46	الموجبة	0	0.0	0.0		
	وثب طويل من الثبات(م)	القبلي	1.33	0.17	السالبة	0	0.0	0.0	3.1-	*0.0
		البعدي	1.48	0.14	الموجبة	12	6.5	78		
	الحجل 10م (ث)	القبلي	4.6	0.73	السالبة	12	6.5	78	3.1-	*0.0
		البعدي	3.79	0.35	الموجبة	0	0.0	0.0		
مهارات التحكم والسيطرة	رمي كرة تنس(م)	القبلي	15.29	4.1	السالبة	0	0.0	0.0	3.1-	*0.0
		البعدي	17.34	2.98	الموجبة	12	6.5	78		
	دفع كرة طبية (م)	القبلي	3.63	0.52	السالبة	0	12	12	2.1-	*0.0
		البعدي	3.89	0.49	الموجبة	12	6	66		
مهارات الإتزان	السكة الحديدية (ث)	القبلي	15.97	14.29	السالبة	0	0.0	0.0	3.1-	*0.0
		البعدي	23.96	15.2	الموجبة	12	6.5	78		

من خلال الجدول رقم (9) يتضح ان هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى α ≤0.05 بين القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية في جميع اختبارات المهارات الحركية الاساسية.

الجدول 10 . المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار ويلكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطي رتب اختبارات القدرات التوافقية في القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية

القدرات التوافقية	الإختبارات (وحدة القياس)	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	مستوى الدلالة
القدرة على تقدير الوضع	المربعات المرقمة (ث)	القبلي	7.15	1.57	السالبة	12	6.5	78	-3.1	*0.0
		البعدي	5.63	1.21	الموجبة	0	0.0	0.0		
القدرة على الإستجابة السريعة	اختبار (T) (ث)	القبلي	2.66	0.23	السالبة	12	6.5	78	-3.1	*0.0
		البعدي	2.31	0.19	الموجبة	0	0.0	0.0		
القدرة على الربط الحركي	الدحرجة واللقف والرمي (ث)	القبلي	4.13	0.6	السالبة	12	6.5	78	-3.1	*0.0
		البعدي	3.42	0.52	الموجبة	0	0.0	0.0		
القدرة على التكيف مع الأوضاع المختلفة	الصناديق الملونة (ث)	القبلي	6.13	0.75	السالبة	12	6.5	78	-3.1	*0.0
		البعدي	5.14	0.71	الموجبة	0	0.0	0.0		
القدرة على الإيقاع الحركي	السلم	القبلي	3.25	0.65	السالبة	12	6.5	78	-3.1	*0.0
		البعدي	2.64	0.29	الموجبة	0	0.0	0.0		

*دال عند مستوى α ≤0.05

من خلال الجدول رقم (10) يتضح ان هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى α ≤0.05 بين القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية في جميع اختبارات القدرات التوافقية.

الجدول 11 . المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار ويلكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطي رتب اختبارات الذكاء الجسم حركي في القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية

قدرات الذكاء الجسم حركي	الإختبارات	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	مستوى الدلالة
إنتباه	اسقاط الكرة (م)	القبلي	0.58	0.33	السالبة	12	6.5	78	3.1-	*0.0
		البعدي	0.22	0.1	الموجبة	0	0.0	0.0		
التذكر	اللف حول الدائرة (ث)	القبلي	18.15	1.45	السالبة	12	6.5	78	3.1-	*0.0
		البعدي	16.6	0.88	الموجبة	0	0.0	0.0		
التمييز	المسطرة الملونة (سم)	القبلي	19	10	السالبة	12	6.5	78	3.1-	*0.0
		البعدي	12	6	الموجبة	0	0.0	0.0		
التخيل	الصوت والحركة (ث)	القبلي	14.0	1.1	السالبة	12	6.5	78	3.1-	*0.0
		البعدي	12.0	0.41	الموجبة	0	0.0	0.0		
التفكير والحفظ	المشي للدائرة (م)	القبلي	1.16	0.50	السالبة	12	6.5	78	3.1-	*0.0
		البعدي	0.55	0.33	الوجبة	0	0.0	0.0		

*دال عند مستوى α ≤0.05

من خلال الجدول رقم (11) يتضح وجود فروقات ذات دلالة إحصائية عند مستوى α ≤0.05 بين القياسين القبلي والبعدي في جميع إختبارات الذكاء الجسم حركي حيث كانت الفروقات لصالح القياس البعدي، الذي ظهر عليه مستوى تحسن في اختبارات (الانتباه والتذكر والتمييز والتخيل والتفكير والحفظ).

عرض التساؤل الثاني والذي ينص **(هل يوجد أثر لحصص التربية الرياضية على المهارات الحركية الأساسية والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي لدى الأطفال من عمر (7-9) سنوات؟).**

تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار ويلكوكسون (Wilcokson) لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متغيرات الدراسة والجداول (12) و (13) و(14) توضح ذلك:

الجدول 12 . المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار ويلكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطي رتب اختبارات مهارات الحركية الاساسية في القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة

المهارات الحركية الأساسية	الاختبار (وحدة القياس)	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	مستوى الدلالة
مهارات الإنتقال	مشي 30م (ث)	القبلي	13.8	0.99	السالبة	10	5.5	55	2.8-	*0.0
		البعدي	13.14	1.07	الموجبة	0	0.0	0.0		
	جري 30م(ث)	القبلي	6.94	0.44	السالبة	10	5.5	55	2.8-	*0.0
		البعدي	6.68	0.36	الموجبة	0	0.0	0.0		
	وثب طويل من الثبات(م)	القبلي	1.26	0.08	السالبة	1	4	4	2.4-	*0.0
		البعدي	1.29	0.94	الموجبة	9	5.67	51		
	الحجل 10م (ث)	القبلي	5.31	0.59	السالبة	10	5.5	55	2.8-	*0.0
		البعدي	4.57	0.48	الموجبة	0	0.0	0.0		
مهارات التحكم والسيطرة	رمي كرة تنس(م)	القبلي	12.98	3.68	السالبة	0	0.0	0.0	2.8-	*0.0
		البعدي	13.39	3.65	الموجبة	10	5.5	55		
	دفع كرة طبية (م)	القبلي	3.43	0.57	السالبة	0	0.0	0.0	2.8-	*0.0
		البعدي	3.59	0.59	الموجبة	10	5.5	55		
مهارات الإتزان	السكة الحديدية (ث)	القبلي	15.59	6.25	السالبة	0	0.0	0.0	2.8-	*0.0
		البعدي	19.44	6.9	الموجبة	10	5.5	55		

*دال عند مستوى $\alpha \leq 0.05$

من خلال الجدول رقم (12) يتضح ان هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى $\alpha \leq 0.05$ بين القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة في جميع اختبارات المهارات الحركية الاساسية، حيث أن الفروقات كانت لصالح الإختبار البعدي.

الجدول 13 . المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار ويلكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطي رتب اختبارات القدرات التوافقية في القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة

القدرات التوافقية	المتغيرات البدنية (وحدة القياس)	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	مستوى الدلالة
القدرة على تقدير الوضع	المربعات المرقمة (ث)	القبلي	6.79	2.37	السالبة	9	6	54	1.7-	0.07
		البعدي	6.50	1.82	الموجبة	1	1	1		
القدرة على الإستجابة السريعة	اختبار (T) (ث)	القبلي	2.99	0.41	السالبة	9	5.5	45	1.7-	0.07
		البعدي	2.95	0.47	الموجبة	1	0.0	0.0		
القدرة على الربط الحركي	الدحرجة واللقف والرمي (ث)	القبلي	3.74	0.94	السالبة	10	5.5	55	2.8-	*0.0
		البعدي	3.53	0.68	الموجبة	0	0.0	0.0		
القدرة على التكيف مع الأوضاع المختلفة	الصناديق الملونة (ث)	القبلي	6.97	3.58	السالبة	9	6	54	2.7-	*0.0
		البعدي	5.96	1.58	الموجبة	1	1	1		
القدرة على الإيقاع الحركي	السلم	القبلي	3.19	0.58	السالبة	10	5.5	55	2.8-	*0.0
		البعدي	3.03	0.55	الوجبة	0	0.0	0.0		

*دال عند مستوى α ≥0.05

من خلال الجدول رقم (13) يتضح ان هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى α ≥0.05 بين القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة في جميع اختبارات القدرات التوافقية باستثناء اختبارات المربعات المرقمة واختبار (T)، حيث أن هذه الفروقات كانت لصالح القياس البعدي.

الجدول 14. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار ويلكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطي رتب اختبارات الذكاء الجسم حركي في القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة

قدرات الذكاء الجسم حركي	اختبارات الذكاء الجسم حركي	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	مستوى الدلالة
الإنتباه	اسقاط الكرة (م)	القبلي	0.76	0.28	السالبة	10	5.78	52	2.5-	*0.0
		البعدي	0.54	0.2	الموجبة	0	3	3		
التذكر	اللف حول الدائرة (ث)	القبلي	19.12	1.33	السالبة	9	5.5	44	1.6-	0.09
		البعدي	22.8	13.77	الموجبة	1	5.5	11		
التمييز	المسطرة الملونة (سم)	القبلي	19	6	السالبة	8	5.5	44	2.5-	*0.0
		البعدي	14	6	الموجبة	1	1	1		
التخيل	الصوت والحركة (ث)	القبلي	13.56	3.21	السالبة	8	4.63	37	0.9-	0.33
		البعدي	14.18	0.81	الموجبة	2	9	18		
التفكير والحفظ	المشي للدائرة (م)	القبلي	1.12	0.41	السالبة	10	5.5	55	2.8-	*0.0
		البعدي	0.79	0.32	الموجبة	0	0.0	0.0		

من خلال الجدول رقم (14) يتضح ان هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى α ≤0.05 بين القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة في جميع اختبارات الذكاء الجسم حركي باستثناء اختبارات اللف حول الدائرة واختبار الصوت والحركة.

عرض التساؤل الثالث والذي ينص على **(هل يوجد فروقات في مستوى المهارات الحركية الأساسية والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي ؟)**

تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبارما وتني لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في متغيرات الدراسة والجداول (15) و(16) و(17) توضح ذلك:

الجدول 15. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب اختبارات المهارات الحركية الأساسية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي

المهارات الحركية الأساسية	الاختبارات (وحدة القياس)	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	Z	مستوى الدلالة
مهارات الإنتقال	مشي 30م (ث)	الضابطة	13.14	1.43	16.6	166	9	3.3-	*0.0
		التجريبية	10.77	1.43	7.25	87			
	جري 30م(ث)	الضابطة	6.68	0.36	15.85	158.5	16.5	2.8-	*0.0
		التجريبية	6.1	0.46	7.88	94.5			
	وثب طويل من الثبات(م)	الضابطة	1.29	0.09	7	70	15	2.9-	*0.0
		التجريبية	1.48	0.14	15.25	183			
	الحجل 10م (ث)	الضابطة	4.57	0.48	16.4	164	11	3.2-	*0.0
		التجريبية	3.79	0.35	7.42	89			
مهارات التحكم والسيطرة	رمي كرة تنس(م)	الضابطة	13.39	3.65	7.85	78.5	23.5	2.4-	*0.0
		التجريبية	17.34	2.98	14.54	174.5			
	دفع كرة طبية (م)	الضابطة	3.59	0.59	9.1	91	36	1.5-	0.11
		التجريبية	3.89	0.49	13.5	162			
مهارات الإتزان	السكة الحديدية (ث)	الضابطة	19.44	6.7	11.1	111	56	0.26-	0.79
		التجريبية	23.96	15.2	11.83	142			

*دال عند مستوى α ≤0.05

من خلال الجدول رقم (15) يتضح ان هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى α ≤0.05 بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات مهارات الحركية الاساسية التالية

(مشي 30م، جري 30م، وثب طويل من الثبات، الحجل 10م، رمي كرة التنس) لصالح أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي. ومن ناحية أخرى لم تظهر فروقات في مهارة دفع الكرة الطبية ومهارة الإتزان لدى أفراد المجموعتين في القياس البعدي.

الجدول 16 . المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب اختبارات القدرات التوافقية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي

القدرات التوافقية	الإختبارات (وحدة القياس)	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	Z	مستوى الدلالة
القدرة على تقدير الوضع	المربعات المرقمة (ث)	الضابطة	6.5	1.82	12.85	128.5	46.5	0.89-	0.37
		التجريبية	5.63	1.21	10.38	124.5			
القدرة على الإستجابة السريعة	اختبار (T) (ث)	الضابطة	2.95	0.47	16.7	167	8	3.43-	*0.0
		التجريبية	2.31	0.19	7.17	86			
القدرة على الربط الحركي	الدحرجة واللقف والرمي (ث)	الضابطة	3.53	0.68	12.65	126.5	48.5	0.79-	0.44
		التجريبية	3.42	0.52	10.54	126.5			
القدرة على التكيف مع الأوضاع المختلفة	الصناديق الملونة (ث)	الضابطة	5.96	1.58	13.15	131.5	43.5	1.1-	0.27
		التجريبية	5.14	0.71	10.13	121.5			
القدرة على الإيقاع الحركي	السلم	الضابطة	3.03	0.55	14.4	144	31	1.9-	0.06
		التجريبية	2.64	0.29	9.08	109			

*دال عند مستوى α ≤0.05

من خلال الجدول رقم (16) يتضح ان هناك قروق ذات دلالة احصائية عند مستوى α ≤0.05 بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار (اختبار(T)). وهو مؤشر القدرة على الإستجابة السريعة، ولم تظهر فروقات في باقي متغيرات القدرات التوافقية بين المجموعتين في القياس البعدي.

الجدول 17 . المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب اختبارات الذكاء الجسم حركي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي

قدرات الذكاء الجسم حركي	اختبارات الذكاء الجسمية	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	Z	مستوى الدلالة
الإنتباه	اسقاط الكرة (م)	الضابطة	0.54	0.2	16.6	166	9	-3.37	*0.0
		التجريبية	0.22	0.1	7.25	87			
التذكر	اللف حول الدائرة (ث)	الضابطة	22.8	13.77	16.7	167	8	-3.4	*0.0
		التجريبية	16.6	0.88	7.17	86			
التمييز	المسطرة الملونة (سم)	الضابطة	0.14	0.06	12.3	123	52	-0.52	0.59
		التجريبية	0.12	0.06	10.83	130			
التخيل	الصوت والحركة (ث)	الضابطة	14.18	0.82	17.5	175	0.0	-3.9	*0.0
		التجريبية	12.0	0.41	5.6	78			
التفكير والحفظ	المشي للدائرة (م)	الضابطة	0.79	0.32	13.65	136.5	38.5	-1.4	0.15
		التجريبية	0.55	0.33	9.71	116.5			

*دال عند مستوى α ≤0.05

من خلال الجدول رقم (17) يتضح ان هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى α ≤0.05 بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات الذكاء الجسم حركي التالية (اسقاط الكرة، واللف حول الدائرة، والصوت والحركة). أي بقدرات (الإنتباه، والتذكر، والتخيل)، ولم تكن هناك فروقات في قدرات (التمييز والحفظ والتفكير) بين المجموعتين في القياس البعدي.

مناقشة النتائج

مناقشة التساؤل الأول من الدراسة والذي ينص على **(هل يوجد أثر للنماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال على المهارات الحركية الأساسية والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي لدى الأطفال من عمر (7-9) سنوات؟).**

اولا- بالنسبة للمهارات الحركية الأساسية:

اشارت نتائج الدراسة الموضحة في الجدول (9)، الى وجود فروقات في مستوى جميع المهارات الحركية الأساسية بين القياسين القبلي والبعدي لدى افراد المجموعة التجريبية التي استخدمت النماذج التعليمية الخاصة بالعاب القوى للاطفال، حيث كانت هذه الفروقات لصالح القياس البعدي، وهذا ما يدلل على ان النماذج التعليمية الخاصة بالعاب القوى للاطفال، أدت الى

تطوير المهارات الحركية الأساسية بمختلف جوانبها من حيث الانتقال والتحكم والسيطرة والاتزان.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة للتحسن والتطور الذي طرأ على مستوى كافة المهارات الحركية الاساسية، الى ان النماذج الخاصة بالعاب القوى للاطفال، تحتوي على العاب حركية وشاملة تخدم كافة جوانب الحركات الأساسية من حيث الانتقال بالعاب العدو والحجل والوثب، وكذلك مهارات التحكم والسيطرة من رمي ودفع وقذف للادوات المصغرة من ادوات الرمي، عدا عن وجود نماذج تعليمية مركبة تجمع مختلف الحركات الأساسية مما ساعد على تطور عنصر الاتزان فيها.

وهذا ما أكده العقول، (2010) بأن التربية الحركية تهدف بشكل أساسي الى تزويد الأطفال بالمهارات الحركية الاساسية الانتقالية (كالمشي، والجري، والوثب،) ومهارات التحكم والسيطرة (كالرمي، والمسك، والاتزان).

ثانياً – بالنسبة للقدرات التوافقية:

اشارت نتائج الدراسة كما هي موضحة في الجدول (10) الى وجود فروقات ذات دلالة احصائية في مستوى جميع القدرات التوافقية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى افراد المجموعة التجريبية التي استخدمت النماذج التعليمية الخاصة بالعاب القوى للاطفال، حيث يلاحظ تطور ملحوظ على كافة القدرات التوافقية من حيث تقدير الوضع والاستجابة السريعة والربط الحركي عدا عن التكيف مع الاوضاع المختلفة وكذلك القدرة على الايقاع الحركي.

وتعزو الباحثة نتيجة التطور الملحوظ على القدرات التوافقية بأن النماذج التعليمية بالعاب القوى للاطفال، وما يطلق عليها العاب القوى المعدلة لهذه المرحلة العمرية وما تحتويه من العاب حركية مصغرة تحاكي مراحل النمو والتطور، حيث تراعي دائماً مرحلة النمو التي يمر بها اللاعب المتعلم حيث معظم العابها تعمل على تنمية جانب مهم من القدرات الحركية وهي القدرات التوافقية، فهي اثناء ادائها وتطبيقها تتطلب من الطفل الانجاز الجيد، ولا يتم ذلك الا عن طريق تقديره للاوضاع واستجابته السريعة والربط الجيد للحركات وايقاع مناسب لانجاز مهمة اللعبة الحركية ضمن برنامج العاب القوى للاطفال، عدا عن كون هذه النماذج التعليمية الخاصة بالعاب القوى للصغار تلبي احتياجات الاطفال، وذلك من خلال تعديل طرق الاداء الفني واستخدام الادوات البديلة المناسبة في الحجم والوزن وتعديل بعض القوانين، وهذا

ما يساعد الطفل على تنمية الجانب التوافقي لديه بصورة تجعله اكثر ادراكاً وتقديراً للأوضاع المختلفة.

وتتفق هذه النتيجة مع Broďáni, (2012) أن القدرة على التكيف مع الاوضاع المختلفة والقدرة الايقاعية والقدرة على تقدير الوضع قدرات لها الأثر الاكبر في الاداء الافضل لممارسي رياضة الهوكي للناشئين.

وايضا هذا ما أكده Roth,(1998) على مدى اهمية التدريب على القدرات التوافقية في التخطيط طويل المدى والذي يهدف الى الوصول الى أعلى المستويات، وتحقيق الانجاز وخصوصا في المراحل العمرية الأولى المتمثلة في مرحلة التدريب القاعدي التي تضم مرحلتي التدريب(الاساسي، البنائي). والذي يهدف الى تدريب المبتدئين عن طريق تطوير القدرات التوافقية والبدنية بشكل متنوع .

ثالثا: النسبة للذكاء الجسم حركي:

اشارت نتائج الدراسة كما هو مبين في الجدول (11) الى انه يوجد فروقات دالة احصائياً في مستوى جميع متغيرات الذكاء الجسم حركي بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى افراد المجموعة التجريبية التي استخدمت النماذج التعليمية الخاصة بالالعاب القوى للاطفال، حيث لوحظ لدى الاطفال تطور في مستوى قدرات الانتباه والتذكر والتمييز والتخيل والتفكير والحفظ وذلك من خلال نمط اداء الحركة خلال تطبيق اختبارات الذكاء الحركي لديهم.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى ان نماذج تعليم العاب القوى للصغار بما تحتويه من العاب مناسبة لهذه الفئة دعتهم الى استخدام الجسم ككل للتعبير عن افكارهم ومشاعرهم، وهذا ما تمثل في المهارات الحركية الدقيقة مثل الترابط والتوازن والقوة والسرعة والمرونة التي احتوتها العاب القوى للصغار، مما ادى الى سرعة استجابتهم بكفاءة عالية وايجاد التوافق العصبي العضلي لديهم لتطبيق هذه النماذج الممتعة والشيقة التي تدفع الطفل الى المزيد من بذل الجهد والتفكير في كيفية استخدامه لجسمه والسيطرة عليه اثناء اداء هذه الحركات.

وهذا ما أكده عبيد وعفانة، (2003) أن الالعاب الحركية تجعل الطفل اكثر قدرة على استخدام جسمه لانجاز مهارات واعمال محددة تتفق مع مواقف اللعب المختلفة بلاضافة انه يصبح لديه القدرة على الانتباه والاتزان والتناسق اثناء تادية الالعاب والحركات المطلوبة.

مناقشة التساؤل الثاني والذي ينص على **(هل يوجد أثر لحصص التربية الرياضية على المهارات الحركية الأساسية والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي لدى الأطفال من عمر (7-9) سنوات؟).**

أولا: بالنسبة للمهارات الحركية الأساسية :

أشارت نتائج الدراسة كما هو مبين في الجدول (12) الى وجود فروق ذات دلالة احصائية لجميع اختبارات المهارات الحركية قيد الدراسة بين القياسين القبلي والبعدي، لدى أفراد المجموعة الضابطة والتي طبقت حصص التربية الرياضية الخاصة بالمرحلة العمرية (7-9)سنوات ، حيث كانت الفروق ظاهرة بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في جميع اختبارات مهارات الانتقال،(المشي ،الجري،الوثب،الحجل)، كذلك كان هناك تحسن على مهارات التحكم والسيطرة ممثلة باختبار (رمي كرة التنس ،ودفع الكرة الطبية).

وتعزو الباحثة هذا التحسن على المهارات الحركية الاساسية بأنواعها وخاصة مهارات الانتقال، بأن حصص التربية الرياضية المخصصة لهذه المرحلة كانت تخدم بشكل كبير المهارات الحركية الاساسية لانها عبارة عن ألعاب صغيرة عشوائية تعتمد على المشي والجري والوثب والحجل وغيرها من الالعاب التي تتطلب الانتقال من مكان الى اخر وبسرعة.

وهذا ما أكده حسان، (1989) انه من المهم توفير ظروف بيئية جيدة للأطفال في المرحلة الابتدائية بغرض اعطائهم فرصة لتطوير المهارات الحركية الاساسية وأنماطها ، وانه من الاهمية ان تتبؤ مناهج تطوير المهارات الحركية الاساسية أنماطها مكانة ملائمة ومبكرة من حياة الطفل، ايضا اكد على انه اذا لم يتم تطوير المهارات الحركية الاساسية في مرحلة ما قبل المدرسة سوف يؤدي الى مواجهة الطفل صعوبات كبيرة في تعلم مهارات الالعاب الرياضية في مرحلة الطفولة والمراهقة .

ثانيا: القدرات التوافقية :

اشارت نتائج الدراسة كما هو مبين في الجدول (13) الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي في أختبارات القدرات التوافقية قيد الدراسة باستثناء اختبار(T)، واختبار(المربعات المرقمة)، حيث كانت هذه الفروق لصالح القياس البعدي باختبارات (القدرة على الربط،والقدرة على التكيف،والقدرة على الايقاع الحركي).

وتعزو الباحثة هذا التحسن في القدرات التوافقية الى أن حصص التربية الرياضية لهذه المرحلة العمرية ، كانت تركز على الحركات العشوائية التي فيها نوعا من السرعة وتغفل جانب التركيز والانتباه والدقة التي تتطلبها القدرات التوافقة ،لذلك ظهر التحسن بشكل واضح في اختبارات القدرات التوافقية التي لاتتطلب قدرات عالية من التركيز والانتباه والدقة .

وهذا ما أكده Juliuskasa,Stanislaw,(2005) ان القدرات التوافقية احدى مكونات القدرات الحركية، وعامل مهم للربط بين القدرات البدنية والمهارية، للوصول الى المستويات العليا والانجاز الرياضي.

ثالثا: الذكاء الجسم حركي:

اشارت نتائج الدراسة كما هو مبين في الجدول (14) الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في القياسين القبلي والبعدي في اختبارت الذكاء الجسم حركي باستثناء اختبار(اللف حول الدائرة)، واختبار(الصوت والحركة)، وبالنظر الى المتوسطات الحسابية تبين وجود فروق ظاهرية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي.

وتعزو الباحثة عدم وجود تحسن في بعض اختبارات الذكاء الجسم حركي الى ان حصص التربية الرياضية لهذه المرحلة العمرية لاتهتم ولا تركز على الجوانب العقلية والمعرفية لدى الأطفال وبالتالي يكون هناك ضعف في الجوانب العقلية مما يؤثر على مستوى الذكاء لدى الاطفال .

وهذا ما أكده الخولي وكامل (1998) أن التربية الحركية من خلال الالعاب الحركية تركز على الادراك الخاص بالجسم وكيفية حركة الجسم، والعلاقات المختلفة بالمكان والبيئة بهدف التطوير الحركي الفعال والشامل وكيفية السيطرة على انواع الحركة التي يمكن ان يؤديها الاطفال في مختلف الانشطة الحركية.

مناقشة التساؤل الثالث والذي ينص على **(هل يوجد فروقات في مستوى المهارات الحركية الأساسية والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي ؟)**

اولاً: بالنسبة للمهارات الحركية الاساسية:

اشارت نتائج الدراسة الموضحة في الجدول (15) الى وجود فروق بين افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في بعض المهارات الحركية الاساسية وخاصة مهارات الانتقال من مشي وجري ووثب وحجل وكذلك مهارات الرمي وهذا ما يؤكد على ان المجموعة التجريبية التي استخدمت النماذج التعليمية الخاصة بالعاب القوى للاطفال تطور لديها مهارات الانتقال اكثر من المجموعة الضابطة التي طبقت عليها حصص التربية الرياضية في المدارس.

وتعزو الباحثة هذا التطور في مهارات الانتقال من مشي وجري ووثب وحجل ورمي، الى ان التعليم بالعاب القوى للصغار يخدم الحركات الأساسية من مشي وجري ووثب ورمي، والتي هي تعتبر اساس يبنى عليه الاداء الفني والمهاري لمختلف مسابقات ألعاب القوى بصورتها النهائية حيث ان هذه المهارات الاساسية تشكل القاعدة الأساسية التي تبنى عليها غالبية مسابقات العاب القوى، لذلك قد تكون النماذج التعليمية بالعاب القوى للصغار ترفع من درجة اتقان مهارات الانتقال ومهارات التحكم والسيطرة كالرمي لتكون قاعدة اساسية لاتقان الاداء الفني الصحيح في المراحل المتقدمة من العاب القوى.

وهذا ما اكده عثمان(2008) انه من الصعب على الفرد بأن يصبح ناجحاً في الاداء الحركي للمهارات الرياضية الخاصة بالالعاب الرياضية التنافسية اذا لم تصل مهاراته الحركية في الرمي والجري والوثب الى مستوى النضوج.

ثانياً- بالنسبة للقدرات التوافقية:

اشارت نتائج الدراسة المبينة في الجدول (16) الى عدم وجود فروقات في متغيرات القدرات التوافقية لدى افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي، باستثناء القدرة على الاستجابة السريعة حيث ظهرت فروقات في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية التي طبقت النماذج التعليمية الخاصة بالعاب القوى للاطفال .

وتعزو الباحثة هذه النتيجة في تفوق افراد المجموعة التجريبية عن الضابطة في متغير القدرة على الاستجابة السريعة كأحد متغيرات القدرات التوافقية، بأن متطلبات الاداء والانجاز لمهارات العاب القوى للاطفال بالصورة المعدلة لهذه الفئة العمرية تتطلب من المتعلمين سرعة رد فعل واستجابة سريعة خاصة في مسابقات الجري والحواجز، وهذا ما كان واضح في معظم النماذج التعليمية الخاصة بالعاب القوى للاطفال، حيث احتوت على تدريبات خاصة لسرعة رد الفعل خلال تطبيق النماذج.

وهذا ما اشار اليه شارلز وآخرون (2006) ان العاب القوى للصغار تعمل على تنمية الجوانب الحركية والبدنية، اضافة الى تطوير جوانب القدرات التوافقية الخاصة التي تساعد برفع الاحتياجات التنموية للاطفال الخاصة باللعبة الممارسة من العاب القوى

ثالثاً: بالنسبة للذكاء الجسم حركي:

اشارت نتائج الدراسة الموضحة في الجدول (17) الى وجود فروقات في بعض متغيرات الذكاء الجسم حركي وهي (الانتباه والتذكر والتخيل) بين افراد المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية التي طبقت النماذج التعليمية الخاصة بالعاب القوى، وكذلك اشارت النتائج الى عدم وجود فروقات في قدرات التمييز والتفكير من متغيرات الذكاء الجسم حركي بين افراد المجموعتين في القياس البعدي.

وتعزو الباحثة تفوق افراد المجموعة التجريبية عن افراد المجموعة الضابطة في قدرات الانتباه، والتذكر، والتخيل، الى ان النماذج التعلمية الخاصة بالعاب القوى للصغار اعطت هذه المرحلة العمرية من حياة الطفل اهتماماً خاصاً حيث قدمت له نماذج تعليمية متنوعة وهي عبارة عن العاب حركية تعمل على رفع مستوى القدرات العقلية والمعرفية من خلال تطبيق مهارات حركية تتطلب من الطفل القدرة على كيفية التصرف في مواقف واحداث معينة في التعليم بهذه النماذج وهذا ما يتطلب منه حسن التصرف من حيث الانتباه والتذكر والتخيل.

وهذا اتفق مع (IAAF,(2006 على ان الاتحاد الدولي لألعاب القوى ينفرد بمفهوم جديد لألعاب القوى للصغار، يعمل على تنمية الجوانب الحركية والبدنية، اضافة الى تطوير جوانب عقلية ومعرفية تساعد على تلبية الاحتياجات التنموية للأطفال.

الفصل الخامس

الاستنتاجات

التوصيات

الاستنتاجات :

في ضوء أهداف الدراسة وتساؤلاتها تستنتج الباحثة مايلي:

1. النماذج التعيمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال تعمل على تحسين كافة المهارات الحركية الاساسية (الانتقال , التحكم والسيطرة , الأتزان) .
2. النماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال ترفع من درجة القدرات التوافقية كافة لدى الأطفال من عمر (7-9) سنوات .
3. النماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال ترفع درجة الذكاء الجسم حركي وحسن التصرف لدى الأطفال في المواقف المختلفة .
4. حصص التربية الرياضية تعمل على تطوير المهارات الحركية الاساسية بالدرجة الأولى .
5. حصص التربية الرياضية رفعت من درجة بعض القدرات التوافقية.
6. حصص التربية الرياضية رفعت من درجة بعض قدرات الذكاء الجسم حركي .

التوصيات :

في ضوء استنتاجات الدراسة توصي الباحثة بما يلي :

1- تطبيق النماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال لما لها دور في تنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي.

2- استخدام الاختبارات الخاصة بالذكاء الجسم حركي المستخدمة في الدراسة لاكتشاف المواهب للألعاب الرياضية المختلفة .

3- عمل دراسات أخرى على مستوى الذكاء الجسم حركي على فئات عمرية أخرى مختلفة.

4- الاهتمام بحصص التربية الرياضية المتبعة في المدارس بالقدرات التوافقية والذكاء الجسم حركي من خلال الساليب والتشكيلات المتبعة فيها لدورها في السيطرة الحركية وتأسيس الطفل على ذلك.

المراجع

ابو داري ،علي (2014) **بناء مستويات معيارية للقدرات التوافقية للمرحلة العمرية (6-9) سنوات بهدف الانتقاء الرياضي،** أطروحة دكتوراه ،غير منشور، الجامعة الاردنية، عمان- الأردن.

الاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال (2012)، **النماذج التعليمية للأطفال في ألعاب القوى.**

بلاتونف، فلاديمير (1997) **النظريات العامة لإعداد رياضيي الألعاب الأولمبية** ،كييف.

جبران، مهند (2013) **فاعلية برنامج لتعليم المهارات الحركية الأساسية على القدرات الإدراكية الحركية للأطفال المعاقين ذهنيا "القابلين للتدريب"**، رسالة ماجستير، غير منشورة، الجامعة الأردنية: عمان.

جوزولي، شارلز وسي محمد، جمال و الهبيل، مالك (2006) **الاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال**.

حسين، محمدعبد الهادي (2003) **قياس وتقييم قدرات الذكاءات المتعددة**،عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

خريسات، طارق (2010) **بناء بطارية اختبار لقياس المهارات الحركية والبدنية الأساسية لتلاميذ المرحلة الأساسية الدنيا من عمر 6-9 سنوات كمؤشر للانتفاء الرياضي للألعاب الرياضية الجماعية.** رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

الخولي، أمين أنور وكامل، أسامة (1998) **التربية الحركية للطفل،** القاهرة:دار الفكر العربي.

الدليمي، ناهدة (2008) **أساسيات في التعلم الحركي،** (ط1)، النجف، العراق: دار الضياء للطباعة والتصميم.

سلطان، محمود وأبو العلا، محمد جابر (2009) القدرات التوافقية والمهارات الحركية الأساسية كمؤشر لبدأ وتعليم المهارت الأساسية لكرة القدم، **المؤتمر العلمي الدولي الرابع لكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط،** مج 2

الشهراني، سعيد موسى،(2002) **تأثير برنامج للمهارات الحركية الأساسية بإستخدام أسلوب تحليل الواجب على بعض عناصر القدرة الحركية،** الرياض، المملكة العربية السعودية - جامعة الملك سعود.

طلبه، ابتهاج محمود(2009) **المهارات الحركية لطفل الروضة.**

عبد الحكيم، طه (2007) . تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام القدرات التوافقية لتحسين فعالية الأداء المهاري والخططي لناشىء الملاكمة.**المؤتمر العلمي السنوي الثالث لكليتي الحقوق والتربية الرياضية**.جامعة أسيوط. مصر.

عبيد، وليم وعفانه، عزو (2003) **التفكير والمنهاج المدرسي،** الكويت: دار الفلاح للنشر والتوزيع.

عثمان، عفاف (2008) **الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية،** (ط1)، الاسكندرية: دار الوفاء للطباعة.

عفانة، منى (2012**). بناء مستويات معيارية لبعض مظاهر النمو الحركي لدى طلبة الصفوف الأربع الأولى في محافظة نابلس.** أطروحة دكتوراه غير منشورة. جامعة النجاح. نابلس، فلسطين.

العقول، حسن(2010)**التربية البدنية للأطفال،** جامعة الملك سعود ،كلية المعلمين، السعودية.

علي، فائق والزبيدي،قصي(2012)اثر نمط درس التربية الرياضية البدني-الحركي في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية الاساسية لدى تلاميذ الثالث ابتدائي ،**مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية،** م(12)، ع(1). العراق

نصرة، علي محمد (2009) **اكتشاف وتنمية الذكاءات المتعددة في إيطار نظرية جاردنر لأطفال ما قبل المدرسة،** مصر، كلية التربية بالإسماعيلية.

الغريري، وفاء (2012) بناء بطارية اختبار للذكاء الحركي للأطفال بعمر(4-6)سنوات ،**المؤتمر الدوري الثامن عشر لكليات واقسام التربية الرياضية في العراق**،جامعة الكوفة- كلية التربية للبنات.

فزاري، عبد السلام (2002) واقع الطفل المغربي وعلاقته بالمناهج والوسائل التربوية ما قبل المدرسة، **مجلة الطفولة العربية، 4**(3).

كاظم، قاسم وفاضل،رشاد (2013)تأثير منهج تعليمي باستخدام الوسائط المتعددة في تطوير الذكاء الجسم-حركي ودقة الضربة الطائرة بالاسكواش ،**مجلة علوم التربية الرياضية** ،ع 2،العراق.

الكلابي، ميثم(2010)**التعلم الحركي،** رسالة ماجستير، غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الاردن

مكي، محمود و حسين، علي (2012) تقنين الذكاء الحركي على أطفال الرياض الذكور بعمر من 5-6 سنوات، **مجلة الرافدين للعلوم الرياضية،** كلية التربية الرياضي، جامعة الموصل –العراق.

المشرفي، انشراح(2009) **التربية الحركية لطفل الروضة،** كتاب التربية الحركية، مكة المكرمة، جامعة ام القرى،.

النعيمي، عمار (1988م) **أثر زمن النـهوض في الارتقاء للوثب الطويل**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، بغداد ،العراق.

محجوب، وجيه واخرون، (2000). **نظريات التعلم والتطور الحركي**، بغداد، مكتب العادل للطباعة الفنية.

المصطفى، عبد العزيز (2013). **النمو والتطور النفس الحركي للأطفال**، جامعة الدمام، مركز النشر العلمي.

جاردنر، هاورد (1983). **الذكاءات السبعة**، كتاب أطر العقل، جامعة هارفارد الامريكية.

علاوي، محمد حسن و رضوان، محمد نصر الله (2000) **القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي**. ط 2، القاهرة: دار الفكر العربي.

عثمان، عفاف (2008) **الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية**، (ط1)، الاسكندرية: دار الوفاء للطباعة.

Gullahue,D. (1996). **Developmental physical Education for Todays Elementary School Children**,Macmillan pub. Com.New York.

Sayres,N.and Gallagher,J.(2001).The Young Child and the Environment**, Issues Related to HealthmNutrition**,Safety,and physical Education Activity,Allyn and Bacon,Boston.

Izuhara.Y.(2011). **Koordinative Fähigkeiten bei Schülern der ersten Klasse.** Eine vergleichende Studie in Japan und Deutschland Universität Leipzig, Sportwissenschaftliche Fakultät.

Witkowski ,z (2005) .**coordination properties as criterion of forecasting of sccoer players sport achievement**

Broďáni, Jaroslav & Šimonek, Jaromír (2012) Prediction of coordination performance in ice-hockey players based on the structure of coordination capacities Predicţia indicilor de coordonare la jucătorii de hochei pe gheaţă în baza structurii capacităţilor coordinative, **Palestrica of the third millennium** – Civilization and Sport Vol. 13, no. 4,

Kruger, Elmin.(2003). The Influence of a Fundamental Motor Skills Program on the Physical and Cognitive Development of the Grade 1 Child, International Abstract Dissertation, University of Pretoria, Available at: **http://proquest.umi.com/**

Bar-Or, O(2006). **The Child and Adolescent Athlete**. Oxford: Blackwell

Hirtz, P. (2011). **Koordinative FähigkeitenLeistung**.Training-Wettkampf. (S. 136).

Juliuskasa. (2005**), relationship of motor abilities and motor skills in sport games "the factor determining effectiveness in team games**. faculty of physical education and sport Comenius university ,bart.salva Slovakia.

Roth,k.(1998) **spielfahigkeit entwickeln hebt**: zunachst die koordinativen fahigkeiten verbessern.handball handbuch. Kinderhandball –spab von anfang an (s.38-49). Munster:philippka.

Schnabel .G , Harre .D , Krug .J. (2008) . **Training wissen schaft**. Meyer & Meyer Verlag , Achen

Hohmann. l (2003) **einfuhrung in die trainings wissenschaft**

Meinel, K. & Schnabel, G. (2007). Bewegungslehre - Sportmotorik. **Abriss einer Theorie der sportlichen Motorik unter pädagogischem Aspekt**. Aachen: Meyer& Meyer.

IAAF, Kids`Athletics. **A Team Event for Children** (2006)

الملحق (1) النماذج التعليمية الخاصة لألعاب القوى

مسابقة التحمل لمدة 8 دقائق

النموذج التعليمي: التحمل لمدة 8 دقائق

النموذج التعليمي	الهدف	الاسلوب	الخطوات التعليمية	تعليمات المدرب	الادوات	الملاحظات
نموذج 1	التحكم في سرعة الجري	جري المشاركين حول مسافة من 100م -200م في سرعات مختلفة متبعين تعليملت المدرب والحفاظ على انتظام معدل السرعة سيكون من اول المتطلبات	1-الجري بمعدلات سرعة مختلفة في كل منطقة 2-الجري لمسافات مختلفة 3-الجري في سباقات جماعية(تتابع زوجي) 4-التحول الى الالعاب	-تغيير معدل سرعة الجري بالتدريج -اضبط تنفسك والتنفس بطريقة طبيعية	-علامات لتحديد المسار - صفارة أو أي اشارة اخرى للبدء	-احترم التعليمات المعطاة -التنفس بسهولة
نموذج2	تنظيم التنفس خلال المجهود البدني	الجري حول مسار سباق سهل يقوم المشاركين بتجريب أنواع مختلفة من دورات التنفس خلال معدل سرعة متوسطة مختلفة	1-تنظيم أنواع مختلفة من دورات التنفس 2-قم بالجري من خلال ايقاع مساعد 3-قم بجري مسافات مختلفة بحيث تتطلب معدلات سرعة متنوعه 4-انتقل للألعاب	-إبدابطريقة تنفس اساسية - أخرج الزفير بصوت مسموع	-علامات لتحديد المسار - صفارة أو أي اشارة اخرى للبدء	- القدرة على اتباع التعليمات - عدم ظهور مشاكل فسيولوجية
نموذج 3	ضغط معدل سرعة الخطوة الخاصة بالعداء	اكتشاف برنامج جري متسلسل لمسافات قصيرة بمعدلات سرعة فردية – تنفيذ سباقات الجري بشكل اساسي لمسافات ما بين 100م وحتى 400م ويتم تكرارها من 2-4 مرات لضبط قاعدة معدل السرعة (وبعد ذلك أكثر اهمية بالمقارنة من تنمية التحمل فحسب)	يعتمد الشكل على مستوى قدرة الطفل ،والهدف الرئيسي هو إن نجعلهم يؤدون انواعا مختلفة من المجهود البدني	- احترم المسافات ومستويات السرعة المعطاة - التنفس بشكل طبيعي وكن غير متوتر	- علامات -ساعات ايقاف -شريط قياس	التحكم في مستويات سرعة الجري المقترحه -سهولة فسيولوجية نسبية في الأداء - لاحظ مظاهر وعلامات الجهد البدني
نموذج 4	أن تتعلم كيف تجري في مجموعات	وجود مجموعة من الأطفال يكملون سباقات مختلفة (المسافات ومعدلات سرعة متنوعه)مع ربطهم معا بواسطة حبل (او أي اداة اخرى مثل رباط، اطار دراجه)أو إرغامهم على الجري في مجموعات مختلفة	1-قم بتنويع المسارات الخاصة بالسباق 2-استغل فرصة الجري بمعدل سرعة عالية 3-زيادة عدد أفراد المجموعة 4-احتفظ بالتوقيت 5- انتقل للألعاب	-الاستجابة السريعة لضبط السباق بأسرع ما يمكن -الاستجابة من خلال تقليل طول خطوة الجري -حافظ على رؤيتك للعداء الاول	-علامات لتحديد المسار - أداة لربط الفريق(حبل،مطاط)	-انجاز التكيف المطلوب بالتدريج -اضبط طول الخطوة ترددها بسهولة

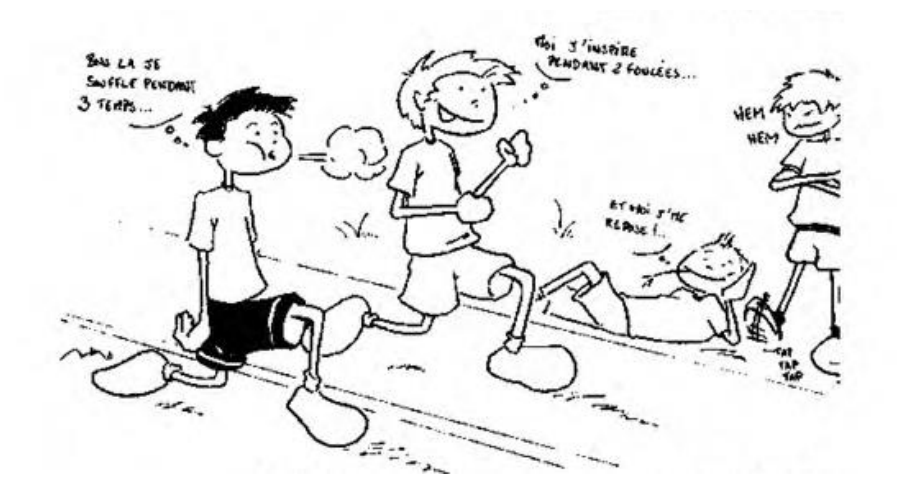
نموذج 5	أن تتعلم كيف تضبط معدل سرعة الخطوة الخاصة بعداء ما مع خطوة عداء أخر	من خلال مسارات لسباقات مختلفة سيحاول العداءون ضبط معدلات خطواتهم وفقا لمعدلات خطوات زملائهم في الفريق سواء كانوا على مقربة منهم او بعيدون	1-قم بتنويع المسارات 2-قم بتنويع اماكن العداء الاول 3- انتقل للألعاب	-حدد العديد من النقاط المرجعية للعداء بقدر الامكان - الجري بإنتظام بقدر الامكان	علامات لتحديد المسار	-انجاز الاهداف المطلوبة - سهولة التكيف مع العداء الاول - سلاسة خطوة الجري

الأشكال

النموذج التعليمي(1)

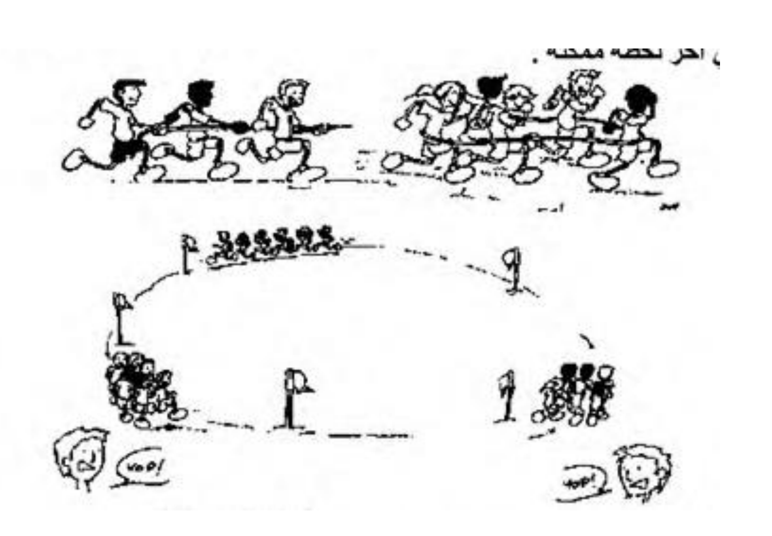


النموذج التعليمي(2)





النموذج التعليمي(3)



النموذج التعليمي(4)



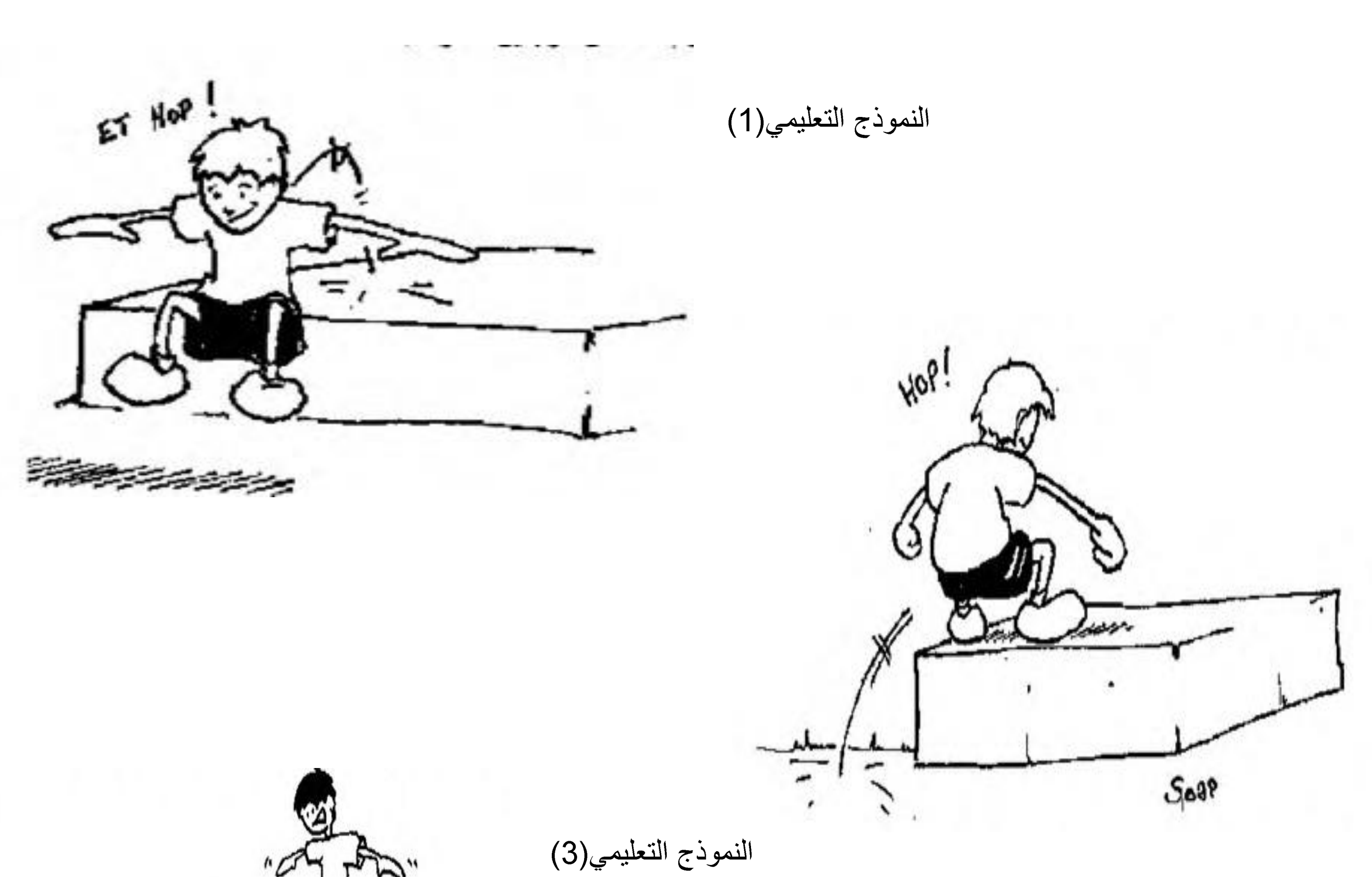
النموذج التعليمي (5)

مسابقة :وثبة القرفصاء للأمام

النموذج التعليمي: وثبة القرفصاء للأمام

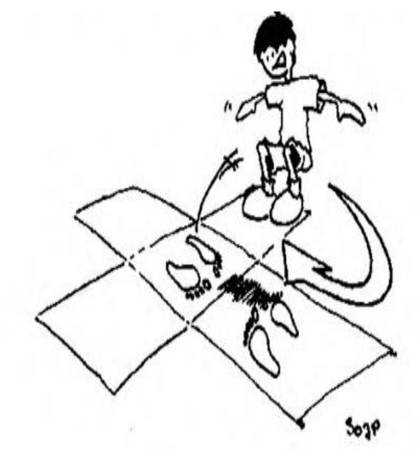
النموذج التعليمي	الهدف	الأسلوب	الخطوات التعليمية	تعليمات المدرب	الأدوات	الملاحظات
النموذج 1	التدريب على القفز من أعلى لأسفل مع تعلم كيفية إمتصاص القفز في مرحلة الهبوط	من فوق صندوق أو أي أداة أخرى مرتفعة ومناسبة لقدرات الأطفال (بالإرتفاع 20سم مناسب للبدء)القفز للهبوط بكلتا القدمين على الأرض	1- القفز نحو الهدف 2- الربط بين سلسلة من القفزات المتنوعة مع الهبوط لأسفل 3- القفز ممسكا بأداة (كرات ،بطاقات) 4- انتقل للألعاب	- عدم إحداث ضوضاء عند الهبوط بالرجلين - احتفظ بالجذع مستقيما	- مكان مرتفع - مراتب عند الضرورة	- الهبوط على كلتا القدمين بتناسق - إمتصاص القفزة لحظة الهبوط عن طريق ثني الرجلين - احتفظ بالجذع مستقيما
النموذج 2	التدريب على الأرتقاء بكلتا القدمين مع ثني الرجلين للهبوط على مكان مرتفع	القفز فوق صندوق أو أي أداة أخرى مرتفعة ومناسبة لقدرات الأطفال (بالإرتفاع 20سم مناسب للبدء)أداء القفز مع الثبات عند الهبوط.(قم بقياس الارتقاء ودوران الجسم)	1- قم بتنويع ارتفاعات مكان القفز 2- القفز نحو الهدف 3- الربط بين القفز لأعلى وحركات أخرى مثل رمي كرة أو القفز لأسفل 4- انتقل للألعاب	- الوقوف قريبا من المكان المرتفع - ارفع القدمين عاليا قبل الهبوط	- مكان مرتفع	- التوازن عند الهبوط - ارتفاع كامل بالرجلين - تحريك الذراعين بخفه - الجذع تقريبا في وضع عمودي
النموذج3	التفوق في أداء وثبات متنوعه ومستمرة بكلتا القدمين	يقوم المشاركون بالوثب فوق رسم تخطيطي للحجل (مربعات متعامدة كمثال)لليسار ثم لليمين مع الدوران	1-قم بتنويع تخطيط الوثب 2-صل وثبات أو ثلاثة مع بعضهم مع توقف لحظى أثناء الأداء 3-انتقل للألعاب	- لا تنظر للقدمين - تنويع الدورنات لليمين ولليسار	- مراتب عند الضرورة - علامات افقية عند الضرورة	- اكمل الوثب المطلوب - الاحتفاظ بالتوازن - الإرتقاء بكلتا القدمين بتناسق
النموذج4	تعلم كيفية التنقل من خلال الوثب بالقدمين معا	أداء اكبر عدد من الوثبات للأمام بكلتا القدمين لتحقيق المدى المطلوب	1- قم بتنويع نوع الأرضية (حشاش/رمل/مراتب) 2-قم بتنويع ارتفاعات الوثبات بقضبان متنوعه	- عدم ثني الرجلين بدرجة كبيرة - استخدم حركة الذراعين - النظر للأمام	- علامات افقية - مراتب	- تسلسل الوثب - التوازن العام - المستوى
النموذج5	تحسين الدفع بالقدمين	قيام الأطفال بالوثب العمودي للمس هدف ما بالقدمين معا	1- المس الهدف باليد اليمنى وباليد اليسرى 2- أأدي عدة وثبات ترددية 3- انتقل للألعاب	- الدفع لأعلى بالرجلين حتى اصابع القدمين - قم بإستخدام الذراعين بالتنفيذ - انظر للأمام اثناء الوثب	- أهداف	- الإمتداد الكامل لرسغ القدمين - التركيز في الإرتقاء العمودي

الأشكال



النموذج التعليمي(1)

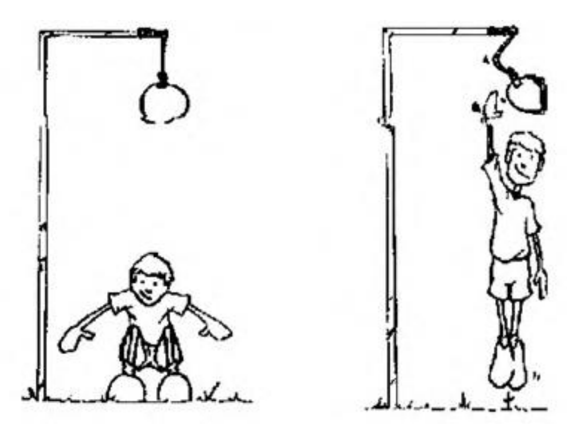
النموذج التعليمي(2)



النموذج التعليمي(3)



النموذج التعليمي(4)



النموذج التعليمي(5)

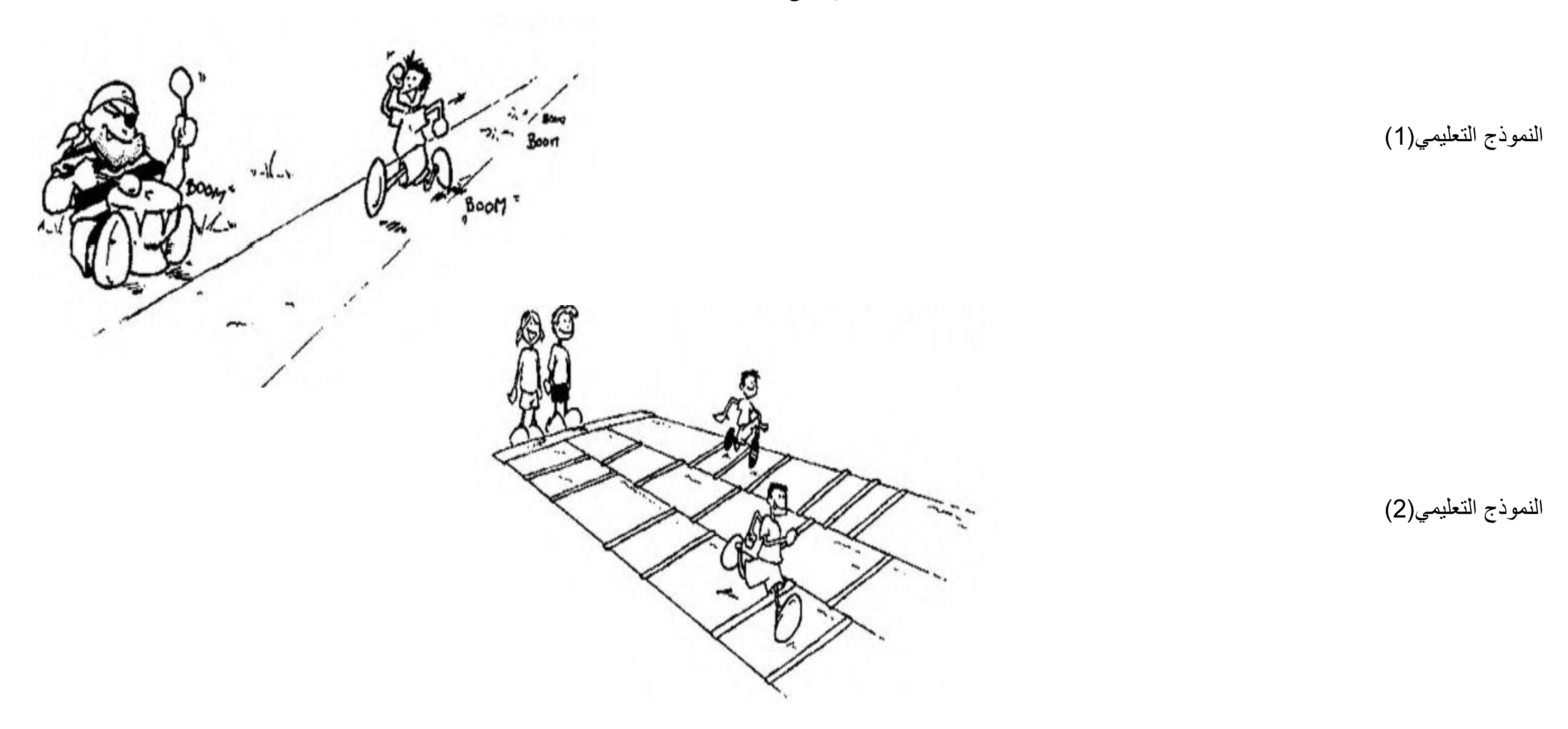
مسابقة :جري السلم

النموذج التعليمي: جري السلم

النموذج التعليمي	الهدف	الأسلوب	الخطوات التعليمية	تعليمات المدرب	الأدوات	الملاحظات
النموذج1	العمل على سرعة تردد الإرتقاء	القرع على صندوق او استخدام موسيقى ايقاعية مع تغيير زمن الترددات ومحاولة ضبط الإرتقاءات مع ايقاع القرع	1- قم بتنويع الإيقاع والتكرارات 2- قم بتنويع الأصوات ويمكن استخدام مساعدات بصرية (فريق من أصدقاء) 3- انتقل للألعاب	- الاحساس بالإيقاع - كن غير متوترا	- تخطيط مكان الجري	- اتبع التردد المطلوب - حافظ على سرعة الجري - حاول إن تشعر بإيقاع الطبل دون تفكير
النموذج 2	تحسين دقة هبوط القدمين	يقوم اللاعبين بالجري لمسافات فوق عوارض للسلم على الأرض محددة لخطوات مختلفة الطول	1- استخدم تنويع السرعة 2- يتطلب الإرتقاء بواسطة إرتكاز محددة 3- انتقل للألعاب	- الجري بشكل طبيعي بقدر الإمكان - لاتنظر للقدمين	- علامات افقية - علامات رأسية	- احترم المسافات المعطاة - حافظ على سرعة الجري
النموذج3	العمل على أداء أكبر تردد عالي للخطوات	من فوق منحدر بسيط (زاوية الميل2%)بحيث تضيق المسافات البينية بين عوارض السلم ،ويطلب من المشاركين العدو من أعلى لأسفل برعة عالية والتأكيد على هبوط القدم بين عوارض السلم	1- قم بتنويع أماكن الجري 2- نظم سباق جري بين كل متنافسين اثنين 3- انتق للألعاب	- احتفظ بوضع جري صحيح - انظر الى أين انت ذاهب؟	- علامات أفقية - علامات رأسية	- احترم المسافات - حافظ على سرعة الجري
النموذج4	تحسين بدء الدوران من الجانبين الأيسروالأيمن	خلال مسافة طولها 8م محددة بقمعين او مكعبين يقوم المشاركون بالجري المكوكي مع لمس المكعبين (او التقاط كرة تنس موضوعة فوق المكعب باليد اليمنى مرة وكرة أخرى باليد اليسرى من فوق المكعب الأخر)ويسمح بالدوران حول الأقماع	1- قم بتنويع المسافات وارتفاعات الأقماع(ليست منخفضة جدا) 2- نظم سباقات جري ثنائية 3- حاول الجري المكوكي مع الدوران حول القمع من الجانب الأيمن ثم الجانب الأيسر 4- احتفظ بتسجيل الازمنة 5- انتقل للألعاب	- انظر للقمع - التحرك الجانبي للمس القمع وخاصة في أخر خطوتين (متوقفا على يد اللمس) - استخدم الذراعين في البدء ثانية	- مكعبات أو أقماع - ساعة ايقاف - كرات تنس	- لا تلمس القمع باليد غير الصحيحة (فالبرنامج يمين /يسار اويسار /يمين) - لا تنهار عند البدء ثانية عقب لمس القمع
النموذج 5	التأكيد على تسليم وتسلم فعال	يبدأ إثنان من المشاركين الجري معا (في مواجهة	1- قم بتنويع اليد بتغيير أوضاع العادئين	- تجنب الاصطدام بحيث يتحرك العداء جانبا عن الخط وفقا لوضع	- علامات رأسية - عصى تتابع	- عدم سقوط عصا التتابع - كلا العدتئين لا يقللان من سرعتيهما

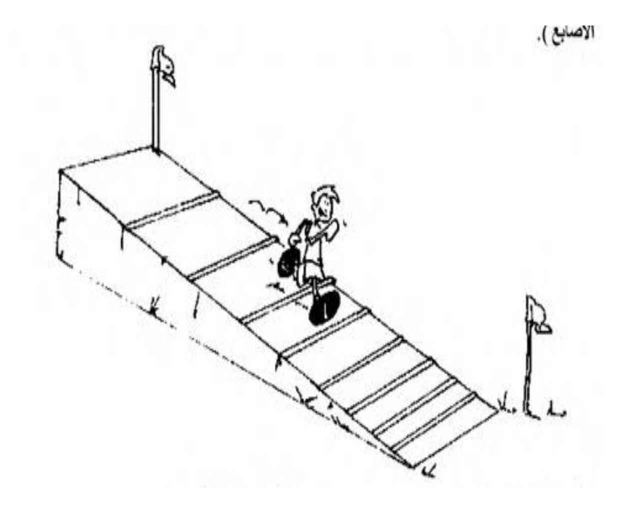
		الزميل،يفصل بينهما مسافة 10م)بحيث يتقابلان أثناء الجري مع تسليم وتسلم عصا التتابع بدون تقليل سرعة الجري	2- أداء المسابقة بسرعة أعلى 3- تنويع أداة التتابع 4- سجل الزمن (البدء،النهاية في نفس المكان) 5- انتقل للألعاب	العداء حامل العصا على الجانب الأخر - ضبط حركة الذراع لتسلم العصا		- ثبات الأداء الجيد لعملية التسليم والتسلم

الأشكال

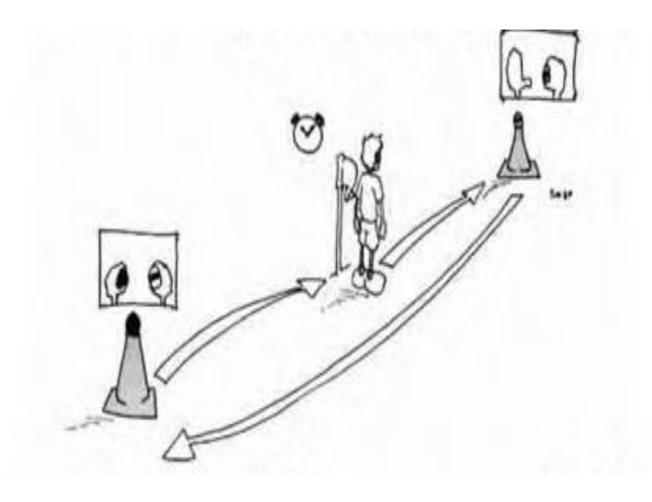


النموذج التعليمي(1)

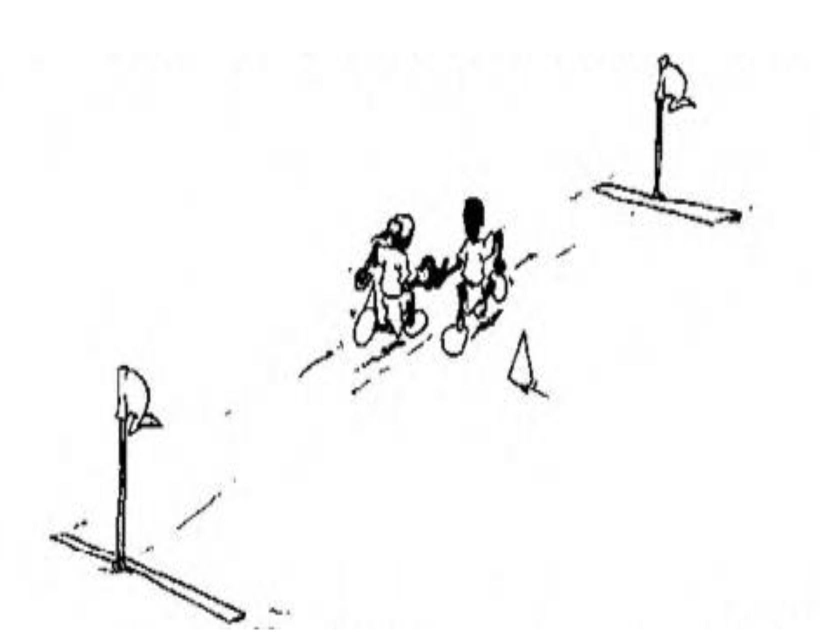
النموذج التعليمي(2)



النموذج التعليمي(3)



النموذج التعليمي(4)



النموذج التعليمي(5)

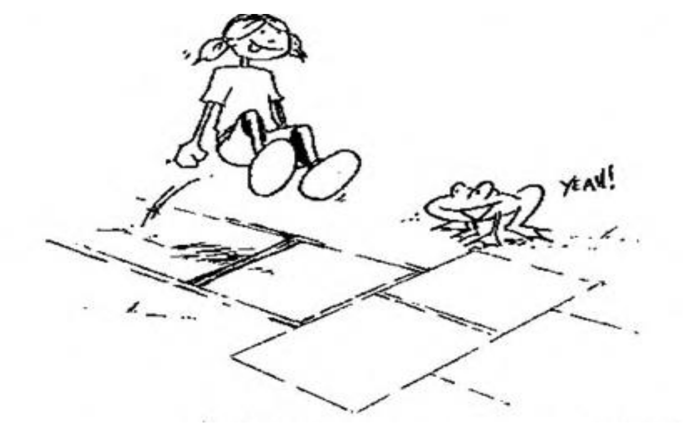
مسابقة: وثب المربعات المتقاطعة

النموذج التعليمي: وثب المربعات المتقاطعة

النمـــوذج التعليمي	الهدف	الأسلوب	الخطوات التعليمية	تعليمات المدرب	الأدوات	الملاحظات
نموذج1	تجربـة الإرتقـاء بكلتـا القدمين	القيام بألعاب الحجل بكلتا القدمين على مساحات مختلفة	1-العمـل علـى زيـادة صـعوبة الأداء المركب بأكثر فأكثر 2- تجربة أنواع مختلفة من الإرتقاءات فردي /المزدوج والعودة 3- تجربــة الــدوران والتــوازن مــن الإرتقاء بالقدمين معا 4- انتقل للألعاب	- الحجل - تزامن الإرتقاءبالرجلين معا	- التخطيط - تخطيط المحطات	- قوام معتدل (مستقيم وثابت) - تزامن الإرتقاء بالرجلين معا - إستخدم الذراعين أثناء الإرتقاء
نموذج2	الـتحكم فـي أداء تسلسل حركــي أساســي لفتــرة طويلة	الوثــب الجــانبي فــوق عوائــق منخفضــة بتسلسـل تقـدمي للأمـام والعــودة لنقطــة البدايــة 0(مثــال الوثـب مـن النقطـة 0الـى النقطـة 1ثــم العــودة للنقطــة0فالوثـــب للنقطة1ثم 2ثم العودة للنقطة0مرة ثانية وهكذا)	1- الوثب للأمام،اللاعب يثب للأمام ثم لليســارثم للأمـام ثـم يمـين وهكـذا مـن خلال التوافق بإستخدام (سلم الجري) مسـار زجزاجـي مـع الإرتقـاء بالقدمين معا 3- الحجــل خــلال مســار عشــوائي للإرتقاء 4- انتقل للألعاب	- التوازن اثناء التدريب - التحـرك فـي خـط مـع اتجـاه العوائق - اســتخدم الــذراعين اثنـــاء الإرتقاء	- عوائق تخطيط المحطات	- استخدم العضلات جيدا للأداء - استقامة الجسم
نموذج3	تحسين الحجل بالقدمين بإستخدام حبل	ألعــاب حجــل متنوعــة بالحبــل (1/1،50سم)	1- أداء مجموعـــة وثبـــات متنوعـــة بالحبـــل(الجري الســـريع ثـــم القفـــز فالإرتقاء بالقدمين معا ثم الحجل فوق الحبل فـالهبوط علـى القدمين ثم العدو السريع وهكذا) 2- قم بتنويع شدة الوثب وافرتقاء 3- التقويم في إتجاه أنشطة اللعب	- احتفظ بوضع الوقوف - لا تثب عاليا	- حبال للوثب	- أداء وثبات متنوعة - الحسم معتدل ومستقيم - توافق جيد بين الرجلين والذراعين
نموذج4	التحكم في الحجلات من اليمـــين لليســـار ومـــن اليسار لليمين	الحجل فوق عـائق مـنخفض مـن اليمين لليسار والعودة من اليسار لليمين	1- قم بتنويع العوائق (ان تكون مناسبة من حيث الأتساع والإرتفاع) 2- الوثب في وضع الوقوف علـى كل جانب من الحاجز أوعلى جانب واحد 3- الوثب المتزامن مع زميل أخر	- انظر في إتجاه حركتهم - لا تثب عاليا	- علامات أفقية - عوائق /حواجز	- تحقيق البرنامج - عدم الحجل للمام أو الخلف

نموذج5	التحكم في الحجل للجانب وللأمام	الربط بين الحجل والوثب المتعدد من اليمين الى اليسار ،وللأمام فوق سلم للتوافق مرسوم على الأرض	1- قم بتنويع أشكال الموانع أو العلامات بحيث تكون مناسبة 2- قم بمصاحبة الحركة بإيقاع 3- سجل الزمن 4- التقويم في مجال الألعاب	- لا تنظر للقدمين - أداء تحركات محدودة للأمام والجانب	علامات افقية - صفارة/ساعة ايقاف	-أأدي التمرينات بشكل صحيح -لا للحركات غير متوازنة - استخدم حركة الذراعين

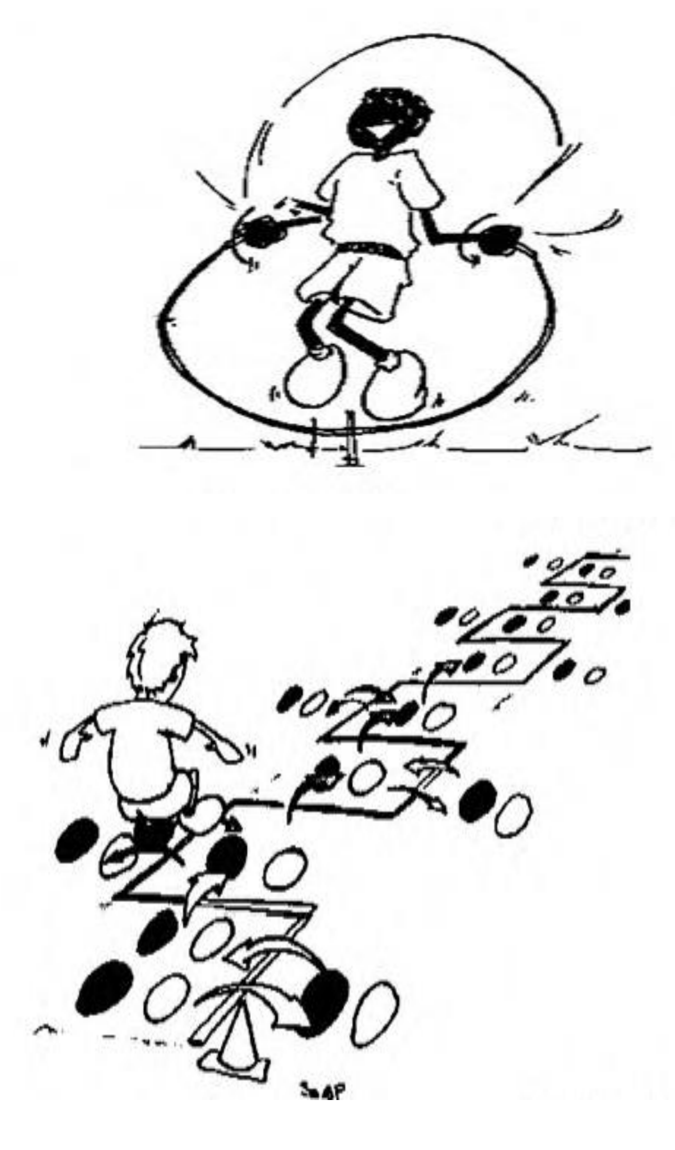
الأشكال



النموذج التعليمي(1)



النموذج التعليمي(2)





النموذج التعليمي(3)

ا



النموذج التعليمي (4)

النموذج التعليمي(5)

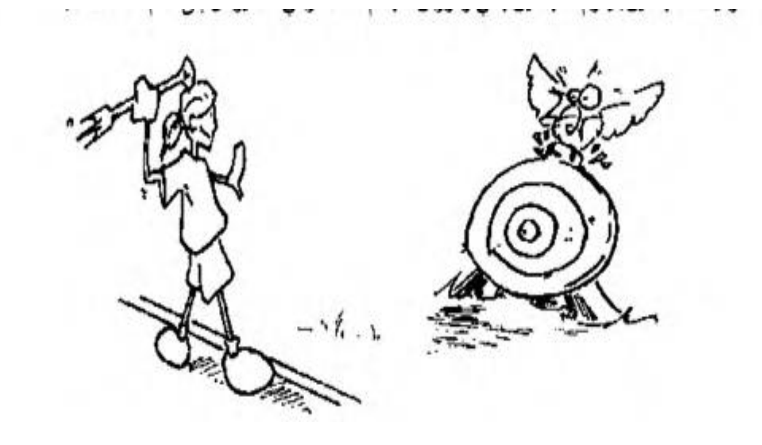
مسابقة :رمي رمح الأطفال

النموذج التعليمي: رمي رمح الأطفال

النموذج التعليمي	الهدف	الأسلوب	الخطوات التعليمية	تعليمات المدرب	الأدوات	الملاحظات
النموذج 1	التدريب على الرمي بذراع واحدة منثنية	رمي أداة وخفيفة (0,5كحجم بحد اقصى)نحو هدف بذراع واحدة من وضع الوقوف والقدمين متباعدتين جانبا على إن يكون ذراع الرمي اعلى من مستوى الكتف	1- قم بتنويع أدوات خفيفة 2- قم بالتنويع للأهداف 3- انتقل للألعاب الفردية او الجماعية	- احتفظ بمحاور الجسم في خط مستقيم - احتفظ بمواجهة الهدف والنظر اليه - حركة ذراع الرمي من فوق الكتف	- أدوات رمي متنوعة - أهداف	- تصحيح وضع الجسم(الحوض ثابت) - الاحتفاظ بذراع الرمي افقيا فوق مستوى الكتف - استخدم مرونة الكتف
النموذج 2	تحسين أداء الإقتراب	رمي كرة القدم أو كرة طبية خفيفة عقب المشي 3 خطوات	1- تنويع منحنيات الرمي (عالية/منخفضة/مستقيمة) 2-التدريب على الرمي من كلا الجانب 3- انتقل للألعاب	- الرمي من وضع الدفع بالقدم اليسرى للاعب الأيمن -احتفظ بالكرة عاليا فوق الرأس	- أدوات رمي متنوعه - أهداف	- لا تتوقف قبل الرمي - تحرك للأمام بعد الرمي - احتفظ بمواجهة منطقة الرمي - احتفظ باليدين عاليا فوق الرأس للرمي
النموذج 3	تحسين منحنى الرمي	عقب المشي لعدة خطوات يتم أداء 3 رميات نحو هدف بذراع واحدة منثنية بأدوات رمي خفيفة ومتنوعة أو رمي أدوات متنوعة 3 مرات نحو 3 أهداف مختلفة (وزن الأداة 0,5كجم بحد أقصى)	1- قم بتنويع وإستخدام أدوات رمي مختلفة 2- قم بالتنويع بالرمي على أهداف مختلفة 3- قم بتنويع التسلسل الحركي 4- انتقل للألعاب	- لا تغير وضع الجسم أثناء الرمي - احتفظ بمواجهة منطقة الرمي	- أدوات رمي متنوعه - أهداف	- حاول اصابة الهدف - احتفظ بمواجهة الهدف - لا تتوقف قبل الرمي - تحرك للأمام بعد الرمي
النموذج 4	التدريب على الإقتراب مع أداء خطوات متقاطعة	يقوم المشاركين بأداء سلسلة مسافات متعددة من الوضع الجانبي ممسكا برمح الأطفال	1- تنويع المسافات 2- مسارات رمي قصيرة 3- إستخدام أرماح أطول	- امسك الرمح مشيرا لإتجاه الرمي - محاولة أداء خطوة جيدة	- أرماح متنوعه - علامات رأسية	- أداء خطوات متقاطعة بسهولة - الرمح ثابت ومشيرا لإتجاه الرمي
النموذج5	تنظيم وأداء حركة الرمي من إقتراب قصير	أداء الرمي لمسافة محددة 5م والأهداف توضع على مسافات 10م/15م/20م (أداة رمي خفيفة 0,5كجم بحد أقصى)	1- قم بتنويع المسافات 2- استخدام ارماح متنوعه	- اقتراب منتظم - إحتفظ بمواجهة منطقة الرمي لحظة التخلص	- أرماح متنوعه - علامات رأسية	- صحح منحنى الرمي - نقل الوزن على قدم الإرتكاز مع ميل الجسم للخلف في اتجاه الرمي - رمي الرمح عاليا في منطقة الرمي والجسم في مواجهة مقطع الرمي

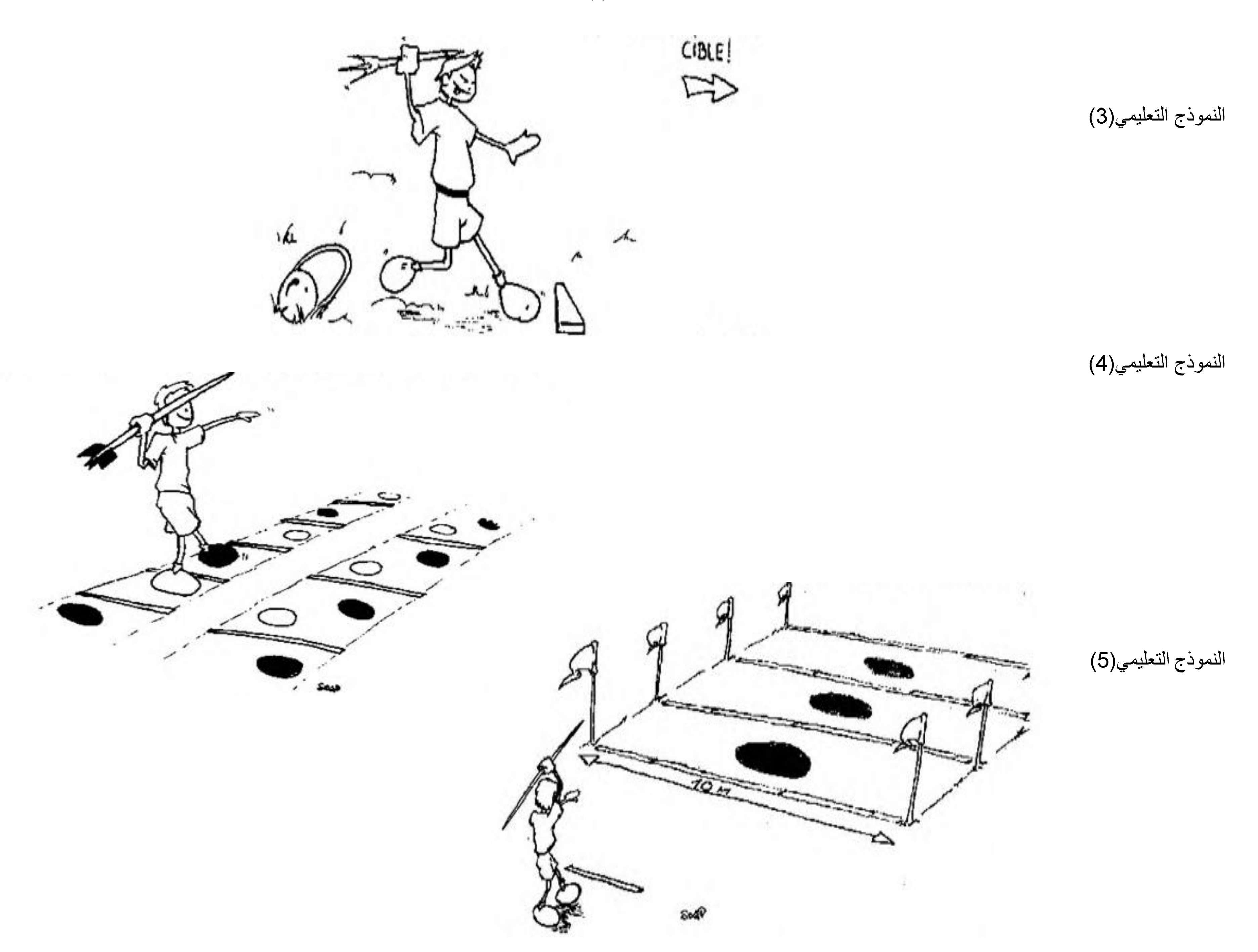
الأشكال

النموذج التعليمي(1)



النموذج التعليمي(2)





النموذج التعليمي(3)

النموذج التعليمي(4)

النموذج التعليمي(5)

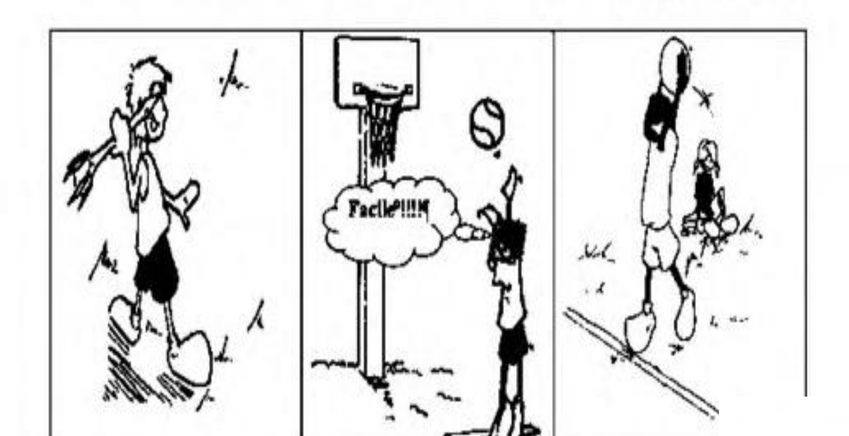
مسابقة: إتقان الرمي

النموذج التعليمي: دقة الرمي

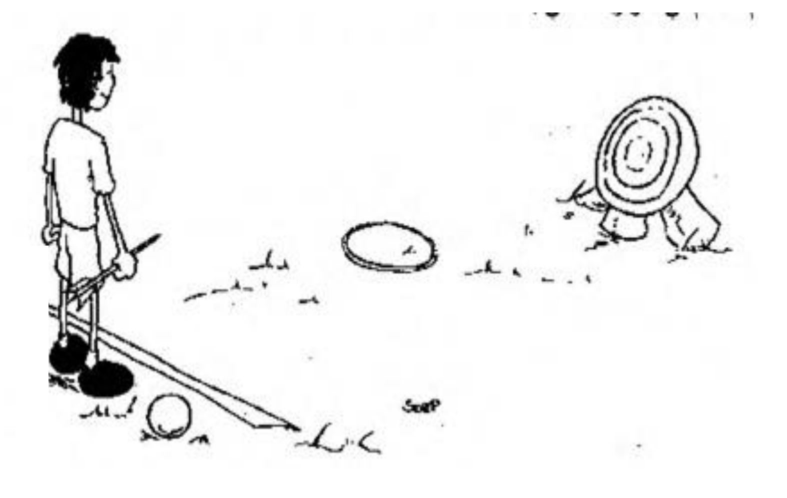
النموذج التعليمي	الهدف	الأسلوب	الخطوات التعليمية	تعليمات المدرب	الأدوات	الملاحظات
نموذج 1	تحسين دقة وانتظام الرمي	للإعداد للمسابقة فإن ظاي هدف يصلح للرمي نحوه فإنه مفيد .وتنويع الرميات وتكرارالأداء من أهم مستلزمات التحسن والتطور	1- استخدام أدوات رمي متنوعة 2- تنويع الأهداف(عالية/منخفضة/متوسطة) 3- تنويع الادوات في تدريب الرمي 4- تنويع الأهداف في تدريب الرمي 5- اداء رميات طويلة او قصيرة او عشوائية	- التأكد من ثبات الجسم - النظر للمستوى الذي تحقق	-أدوات رمي متنوعة - أهداف متنوعة	- دقة حركة الرمي - بقاء الجسم مستقيما بعد الرمي
نموذج 2	القدرة على أداء رميات متنوعة نحو أهداف متنوعة وبدقة	أداء الرمي نحو أهداف متعددة وبأدوات متنوعة ويختار الرامي الهدف وفقا لترتيب الأداة المتفق عليه	1- استخدام أدوات رمي متنوعة 2- تنويع الأهداف(عالية/منخفضة/متوسطة) 3- تنويع الادوات في تدريب الرمي 4- تنويع الأهداف في تدريب الرمي 5-انتقل للألعاب	- التأكد من ثبات الجسم - النظر للأداء المحقق	-أدوات رمي متنوعة - أهداف متنوعة	- دقة حركة الرمي - بقاء الجسم مستقيما في اتجاه الرمي بعد التخلص
نموذج 3	القدرة على أداء رميات بأدوات مشابهة نحو أهداف مختلفة	يجب على الاطفال اداء سلسلة رميات بمجموعة واحدة من الادوات والرمي نحو اهداف بطريقة اجبارية واللعب لمسافات متنوعة بالزيادة او النقصان	1- قم بتنويع الرميات زيادة/نقصان/عشوائية (132/321/123) 2- انتقل للألعاب	- احترام التعليمات الخاصة بالأهداف - التأكد من ثبات الجسم - النظر للأداء المحقق	-أدوات رمي متنوعة - أهداف متنوعة	- دقة حركة الرمي - بقاء الجسم مستقيما في اتجاه الرمي بعد التخلص
نموذج 4	تحسين دقة الرمي من اوضاع ثابتة جدا	أداء الرمي من أوضاع الجثو والجلوس بأدوات متنوعة ونحو أهداف متنوعة (أشكال مختلفة وزن1كجم بحد اقصى)	1- استخدام أدوات رمي متنوعة 2- تنويع الأهداف(عالية/منخفضة/متوسطة) 3- تنويع الادوات في تدريب الرمي 4- تنويع الأهداف في تدريب الرمي 5-عند الرمي من الجانب للاعب الأيمن فيجب إصابة الجزء الأيسر من الهدف والعكس صحيح 6- انتقل للألعاب	- التأكد من ثبات الصدر - النظر للأداء المحقق	-أدوات رمي متنوعة - أهداف متنوعة حواجز/مقاعد كراسي	- دقة حركة الرمي - بقاء الصدر في اتجاه الرمي بعد التخلص
نموذج 5	دقة الرمي من المشي	أداء الرمي بعد المشي لعدة خطوات وبأدوات (مختلفة الشكل/الوزن 1كجم بحد اقصى)ومن أوضاع مختلفة ونحو أهداف مختلفة	1- استخدام أدوات رمي متنوعة 2- تنويع الادوات في تدريب الرمي 3- عند الرمي من الجانب للاعب الأيمن فيجب إصابة الجزء الأيسر من الهدف والعكس صحيح 4- انتقل للألعاب	- التأكيد على توازن الجسم أثناء الرمي - النظر للأداءالمحقق	-أدوات رمي متنوعة - أهداف متنوعة	- دقة حركة الرمي - توازن الجسم اثناء الرمي - النظر والصدر مواجها للهدف اثناء الرمي



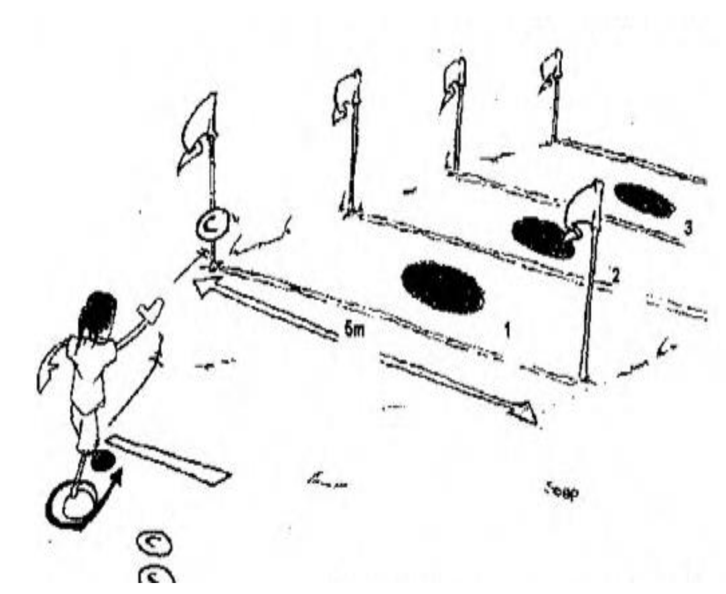
الأشكال



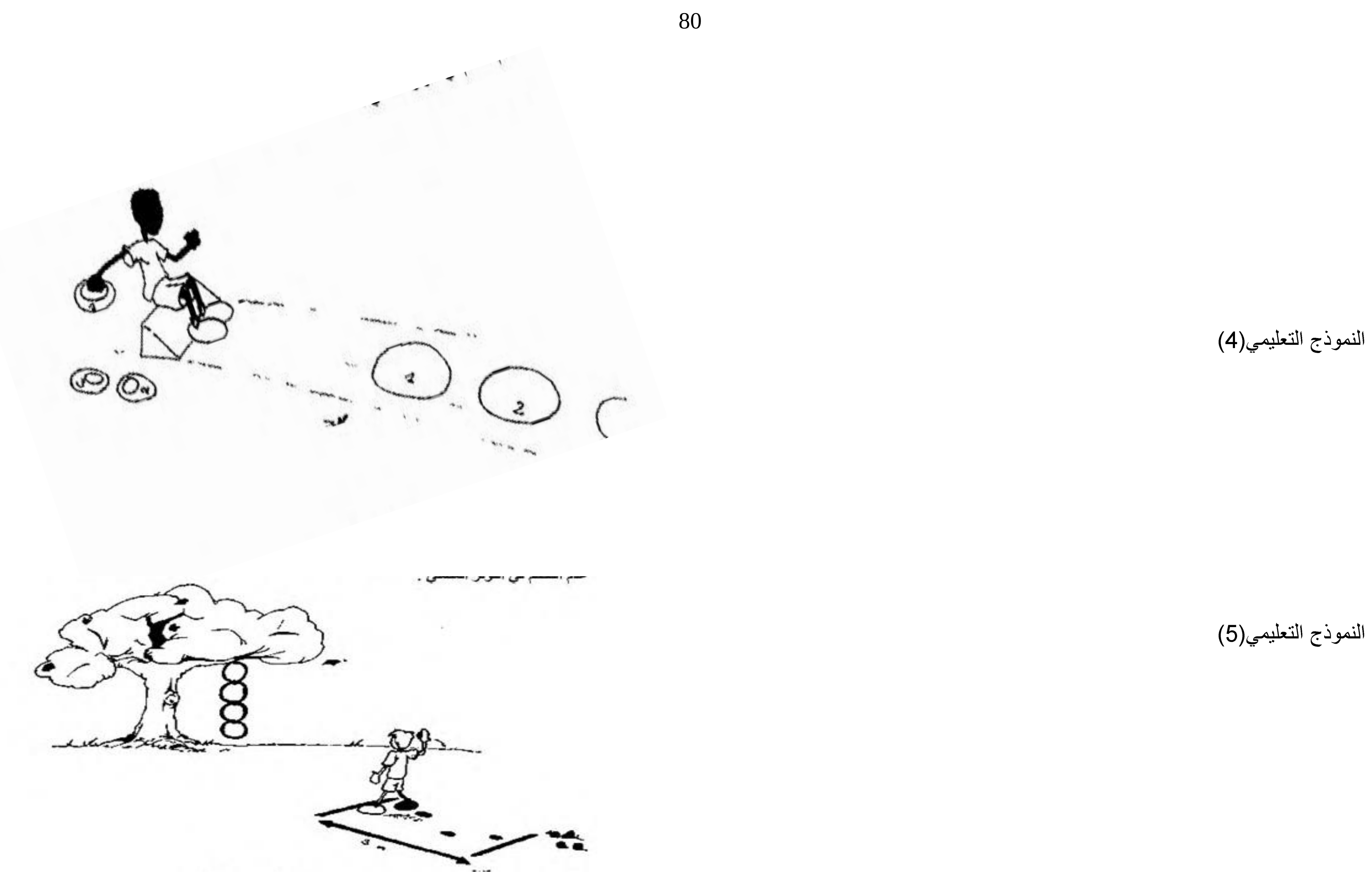
النموذج التعليمي(1)



النموذج التعليمي(2)



النموذج التعليمي(3)



النموذج التعليمي(4)

النموذج التعليمي(5)

مسابقة العدو والحواجز

النموذج التعليمي: التتابع المكوكي للعدو والحواجز

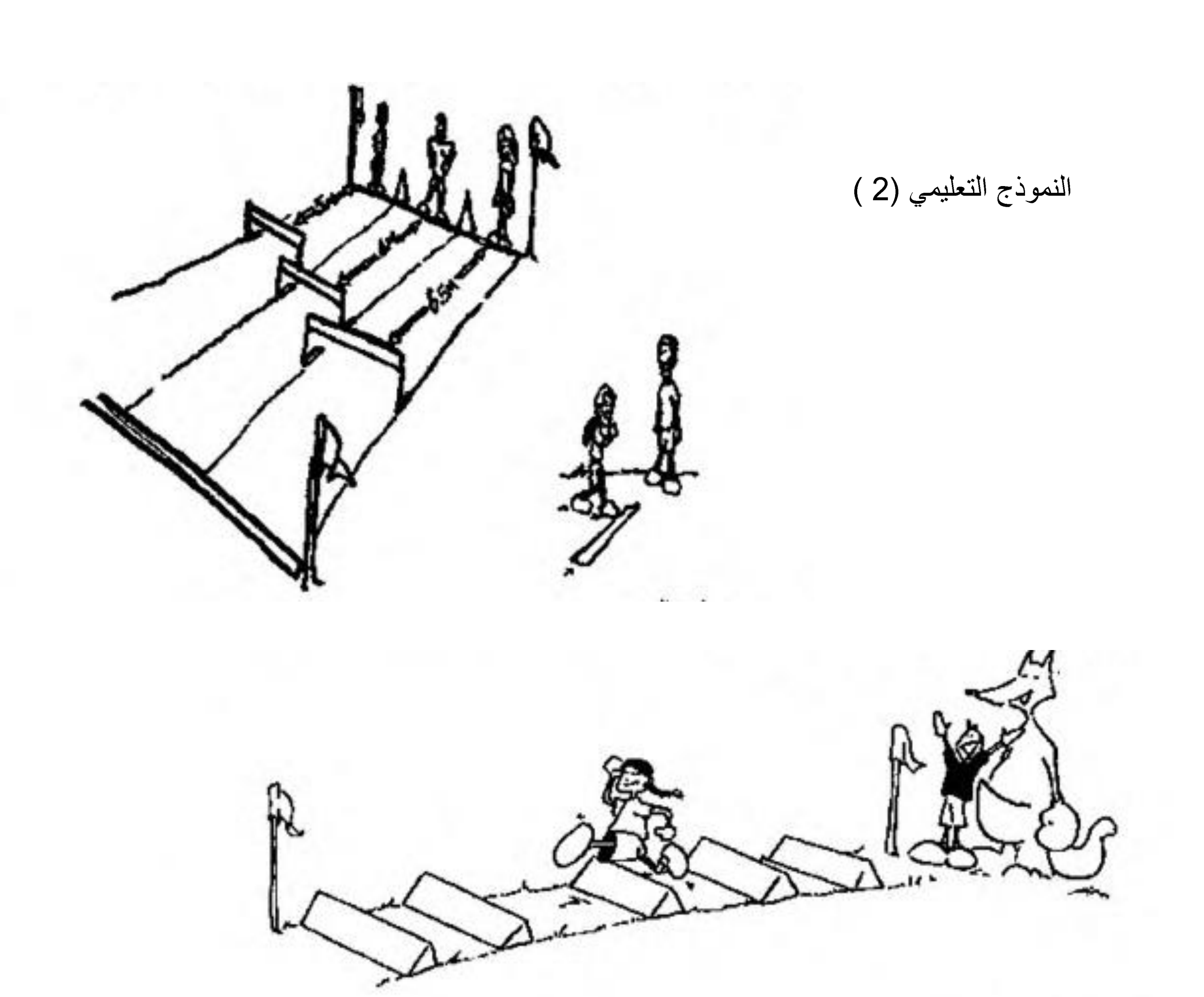
النموذج التعليمي	الهدف	الأسلوب	الخطوات التعليمية	تعليمات المدرب	الادوات	الملاحظات
نموذج 1	تحسين طريقة تخطي العوائق	تنظيم مسار يشتمل على ادوات مختلفة لتدريبات الوثب(وثب عامودي /وثب افقي) ويجب توزيعها بشكل عشوائي	1-قم بتنويع العوائق(عالي،منخفض,طويل,متنوع مختلف) 2-قم بتنويع المسافات بين الحواجز 3-قم بتنويع تسلسل التدريبات 4-الانتقال للألعاب الفردية او الجماعية	- الجري بإنتظام بقدر المستطاع - التحول للجري السريع عقب تخطي العائق	-علامات افقية - علامات رأسية لتحديد المسار	- المحافظة على الاتزان عقب تخطي العائق - تحكم في تخطي العائق بوضع افقي تقريبا -لا تباطئ قبل العائق - الاستفادة من الاجزاء الحرة من الجسم في الدفع وليس التوازن
نموذج2	تطوير المسافة مابين خط البداية والحاجز الاول	تجهيز 3مسارات مختلفة (5م,6م,7م)لترتيب المشاركين كما يلي:إبدأمن عارضه وثب موضوعة على الارض –ضع عوائق آمنة على مسافات 5م,6م,7م (ومنخفضة بحيث يسهل تخطيها)	1-قم بتنويع المسافات بين الحواجز 2-الجري في أزواج 3-احتفظ بالتوقيت 4-إنتقل لأنشطة اللعب	- لا تباطئ قبل العائق - الجري السريع حتى خط النهاية - التحول للجري السريع عقب تعديه العائق	- حواجز - علامات رأسية لتحديد المسار	- التدرج في زيادة السرعة في إتجاه العائق - زيادة طول الخطوات بالتدريج - الارتقاء بعيدا عن العائق - الهبوط بنشاط وتوازن عقب التعدية
نموذج3	تحسين خطوة الجري خلال المسافات بين الحواجز	قم بزيادة المسافات بين الحواجز تدريجيا واطلب من المشاركين زيادة طول الخطوة وكذلك عدد الخطوات (اجباري او بتلقائية)	1-قم بتنويع المسافات 2-قم بتنويع متطلبات التدريب 3-انتقل للألعاب الفردية او الجماعية	-التدريب بخطوات جري مختلفة الطول -حافظ على معدل سرعة الجري	- حواجز(موانع) - علامات رأسية لتحديد المسار	-الحفاظ على انتظام معدل سرعة الجري -الحفاظ على استراتيجية الجري -الحفاظ على الاتزان والوضع الصحيح
نموذج4	تحسين طريقة التعامل مع العصا	مسك وتسليم العصا (كرات تنس,حلقة ناعمه من المطاط,عصى تتابع)مسك الاداة في مستوى الحوض وخلال الجري السريع	1-قم بتنويع الادوات والسرعات 2-استخدام اليد اليمنى واليد اليسرى 3-اكمل الخطوات:تسليم/مسك،مسك/تسليم 4-نفذ التدريب مع تغيير اليدين 5-انتقل للألعاب	- حافظ على ان تكون في حالة عدم توتر -لا تستدير بالرأس تجاه الهدف	- عصي أو أدوات مختلفة أخرى - عصى تتابع	- مسك وتسليم الاداة بإحكام وتناسق -عدم تجزئة حركة العدو(خاصة بواسطة الذراع الحاملة للأداة -الحفاظ على السرعة وعدم فقدانها خلال التدريب

نموذج5	تحسين طريقة تبديل العصا والإستجابة لإشارة البدء الصوتية شكل النموذج أو البصرية	يقف 2من المشاركين مواجهين بعضهما البعض ويفصل بينهما مسافة 10م وعقب اعطاء إشارة البدء يقومان ببدء العدو السريع بحيث يلتقيان ويتبادلا العصا بدون تقليل سرعة الجري	1-قم بتغيير اليدين في كلا الجانبين 2-قم بزيادة السرعة 3-قم بتنويع اشكال عصي التتابع 4-احتفظ بالتوقيت (خط البداية هو نفس خط النهاية) 5- انتقل للألعاب الفردية او الجماعية	- الجري في مسارات متغيرة على جانب تسليم العصا - صحح حركة الذراع حتى تمسك العصا	- علامات رأسية لتحديد المسار - عصي تتابع	- لاتسقط عصا التتابع -الحفاظ على سرعة الجري وعدم التهدئة أثناء التسليم لكلا المشاركين - التسليم والتسلم الناجح عندما يتم بشكل مستمر

الأشكال

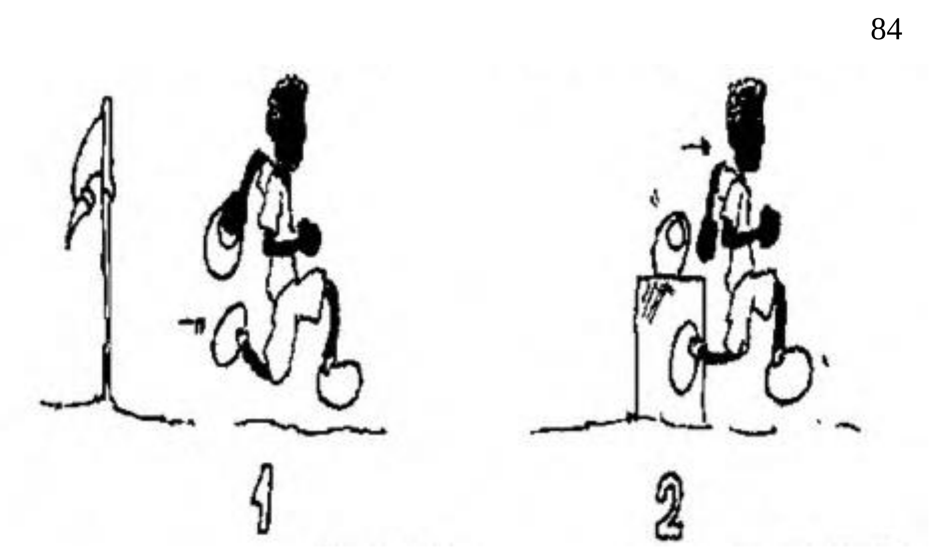


النموذج التعليمي (1)

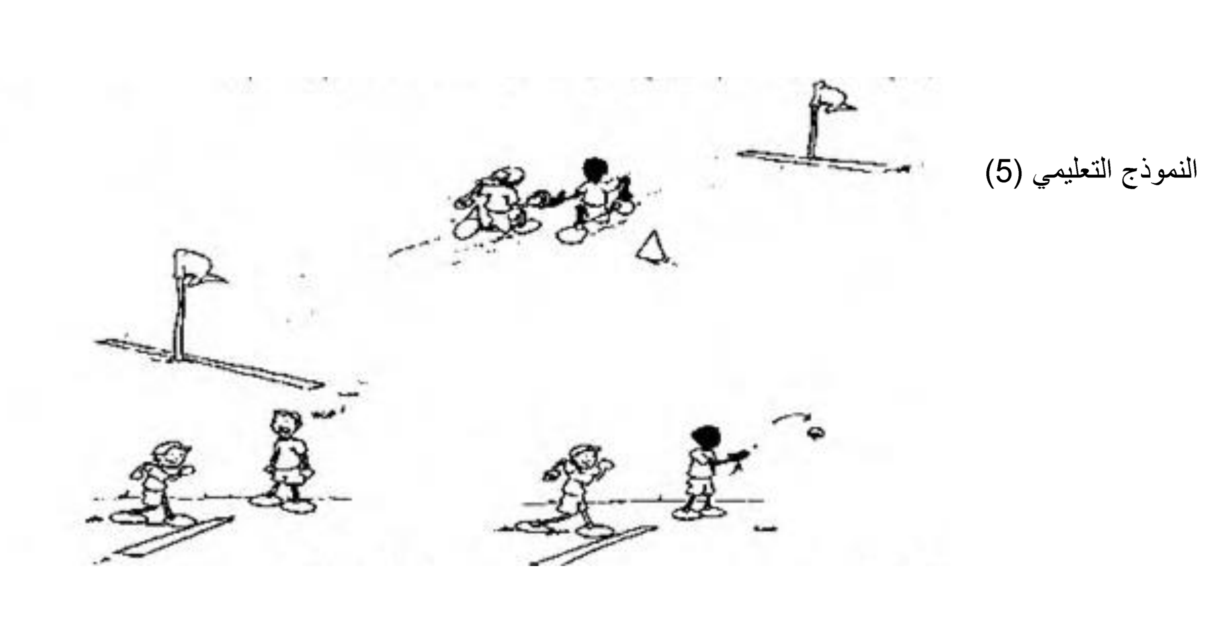


النموذج التعليمي (2)

النموذج التعليمي (3)



النموذج التعليمي (4)



النموذج التعليمي (5)

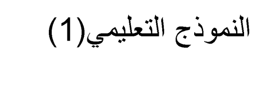
مسابقة :الوثب بالحبل

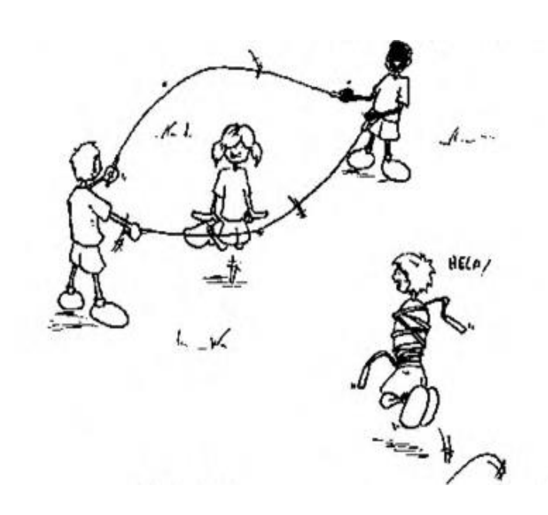
النموذج التعليمي: الوثب بالحبل

النموذج التعليمي	الهدف	الأسلوب	الخطوات التعليمية	تعليمات المدرب	الأدوات	الملاحظات
النموذج1	التدريب على الوثب بالحبل	أداء وثبات متنوعه بحبل يتم تدويره بواسطة أثنين من المشاركين	1- تنويع سرعة دوران الحبل 2-قم بتنويع أشكال وإعداد الوثبات (حجل،وثب) 3- محاة الدخول والخروج اثناء دوران الحبل من أماكن مختلفة 4- زيادة عدد الحبال 5- 3،2حتى 4 أطفال يمكن لهم الوثب بالحبل في نفس الوقت	- واجه المشارك الذي يدير الحبل - الوثب عموديا	- حبل وثب مناسب وآمن	-أداء الوثب بالطريقة المطلوبة - التوافق بين الرجلين واليدين - أأدي وثبات قصيرة
النموذج2	اكتساب خبرة التوافق بين الوثب والدوران	مسك طرفي الحبل باليد اليمنى وتدويره بالرسغ مع الوثب بالقدمين معا في كل مرة يلمس فيها الحبل الأرض	1-الأداء باليد اليمنى 2- قم بتنويع سرعة تدوير الحبل 3- تنظيم تسلسل التحرك 4- انتقل للألعاب	- أبدأ دوران الحبل بسرعة منخفضة - كن حذرا وعليك الوثب لحظة لمس الحبل الأرض - تدوير الحبل من خلال الرسغ - استقامة الجسم اثناء الوثب(الإرتقاءوالهبوط)	حبل وثب مناسب	-------
النموذج3	اكتساب خبرة الوثب بالحبل بشكل فردي	مسك الحبل خلف العقبين ومحاولة الوثب لاكبرعدد من الوثبات بقدرالامكان مع ايقاعيين بالرجلين اثناء الارتكاز.	1- قم بتنويع سرعة الوثب 2- قم بتدوير الحبل مع الزميل 3- تنويع اشكال الوثب 4- طور الحركة 5- بالنسبة للكبارالذين لديه توافق يتم الوثب مع فرد الرجلين والأداء بالقدمين فقط	- ابدأ دوران الحبل بسرعة منخفضة - استقامة الجسم اثناء الوثب	- حبال بأطوال مناسبة	- أداء اكبر عدد من الوثبات - الإقتصلد في القوة (قم بإختيار اللحظة المناسبة ولا تثب عاليا) - استقامة الجسم
النموذج4	إتقان الوثب بالحبل مع الجري	على مبتدئين الوثب بالحبل على مسارات مستقيمة ثم مسارات مختلفة مع أداء خطوتينجري في كل دورة حبل	1- تكملة مسارات مختلفة (منحنيات،خطوط متعرجه) 2- قم بالتنويع من الوثب بالقدمين معا الى الجري مع الوثب 3- الوثب بالحبل مع الزميل 4- الدحدحة بالقدمين اليمين واليسار معا	- الجري والوثب في وضع مستقيم وعمودي - التحكم في الحبل من الرسغ - النظر للأمام	- حبال وثب - علامات رأسية	- تكملة الوثب في المسارات - حافظ على ايقاع الجري - كن غير متوتر اثناء التدريب

			5- انتقل للألعاب			
النموذج5	إتقان وثب الحبل مع الجري	على المبتدئين الوثب بالحبل على مسارات مستقيمة ثم مع تغيير المسارات مع ارتكاز فردي واحد فيما بين كل دورات للحبل بخطوات واسعة	1- تكملة مسارات متنوعة (منحنياتومتعرج) 2- تنويع خطوات الجري :الدحدحة بالقدمين معا(ركوب الحصان)ثم الدحدحة العادية والعكس 3- غير الخطوات من الدحدحة الى الخطوة ومن الخطوة الى الدحدحة دون توقف 4- الوثب بالحبل مع الزميل 5- انتقل للألعاب	- الجري والوثب في وضع مستقيم وقائم - التحكم في الحبل من الرسغ - النظر للأمام	- حبال وثب - علامات رأسية	- تكملة المسارات المطلوبة - حافظ على ايقاع الجري - كن غير متوتر اثناء الوثب

لأشكال



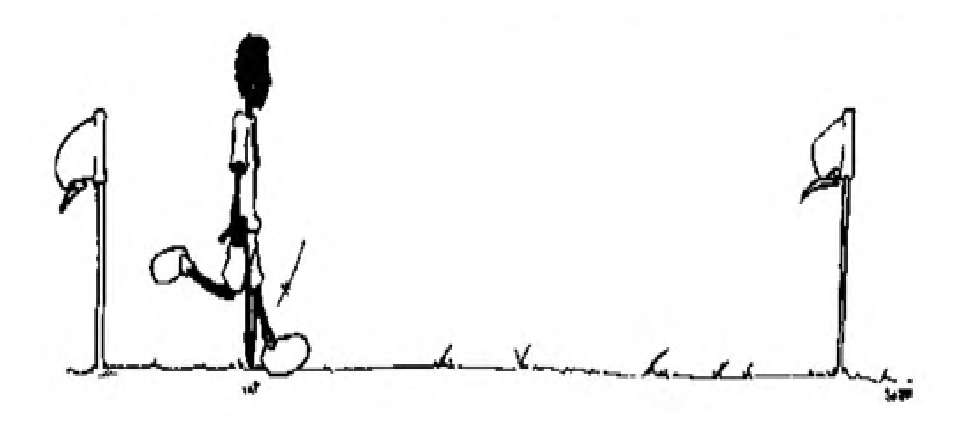




النموذج التعليمي(2)

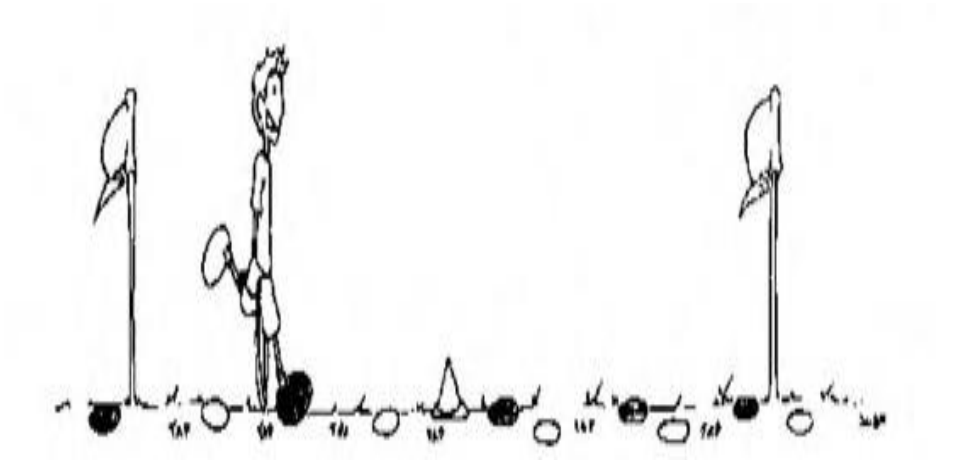


النموذج التعليمي(3)



النموذج التعليمي(4)

النموذج التعليمي(5)



مسابقة الفور ميلا1م

النموذج التعليمي : سباق الفور ميلا 1

النموذج التعليمي	الهدف	الاسلوب	الخطوات التعليمية	تعليملت المدرب	الادوات	الملاحظات
نموذج 1	تجربة الدحرجة الامامية بشكل عام	اداء الدحرجة الامامية على سطح منحدر وهذا الوضع سيجعل الأداء سهلا وسيجعل الطفل مستوعبا لمرحلة البدء بالدحرجة .قم بأداء الدحرجة الخلفية على سطح ناعم او مرتبة ،والهبوط على كلتا القدمين ممسكا الركبتين باليدين	1-قم بتنويع الأسطح التي يتم الدحرجة عليها 2-قم بتنويع الدحرجات (خلفية ،امامية) 3-قم بتنويع أوضاع البدء للدحرجة (من وضع الجثوأو نصف جثو) 4-عقب الهبوط أستخدم دعم اليدين 5-انتقل للألعاب الفردية او الجماعية	-احتفظ بالذقن قريبة من الصدر لحين اكتمال التمرين -الاستناد على اليدين عند خط البداية	- أسطح للدحرجة - مراتب	- الإحتفاظ بوضع التكور اثناء الدحرجة - حافظ على السرعة عند الهبوط على القدمين - الدحرجة في اتجاه الجري
نموذج2	تجريب وإتقان تخطي العوائق	حث الأطفال على جري مسافات بها عوائق منخفضة وغير محددة وكل مسار يجب ان يكون مختلفا وكذلك عدد العوائق والمسافة بين كل عائق وأخر من 1-10 خطوات	1-قم بتنويع مسارات السباق 2-الربط بين تخطي الحاجز وتخطي المانع المائي 3-مسارات مستقيمة ثم منحنية 4-قم بتنويع ارتفاعات الحواجز 5-انتقل للألعاب (التتابعات كمثال)	- العمل على الربط مابين الجري وتخطي العائق - التدريب على الإرتقاء بالقدمين كل على حدة	-أنواع مختلفة من الموانع -علامات	-الإحتفاظ بالتوازن -عدم فقدان السرعة عند الاقتراب من العائق -الإحتفاظ بوضع الجري عند تخطي العائق(الذراعين،وضع الجسم بشكل عام)
نموذج3	تجريب وإتقان الجري الزجزاجي	سباق به أنواع مختلفة من العلامات للجري الزجزاجي ويجب ان تتنوع المسافات بين العلامات حتى يتم تجريب كل من المنحنيات المحتملة	1-قم بتنويع مسارات السباق 2-قم بتنويع الأماكن(مستوية،منحدرة) 3-قم بتغيير السرعة 4-انتقل للألعاب	- الجري بإنتظام بقدر الإمكان - حافظ على مواجهة إتجاه الجري في السباق	- علامات	- احترام التعليمات المعطاة - المحافظة على مواجهة الجسم لإتجاه الجري في السباق - الإحتفاظ بوضع الجري (الذراعين) - الجري بسرعة
نموذج4	تحسين جري في المنحنى	كما في نموذج العدو يتم الاستجابة لبعض التعليمات في مواقف متنوعة لأداء الجري حول منحنيات مختلفة الأقطار	1-قم بتنويع أقطار المنحنيات 2-قم بزيادة السرعة 3-تأخير الإعلان عن المنحنى المختار 4- انتقل للألعاب	- الجري بإنتظام بقدر الإمكان بالرغم من المنحنى - الميل نحو إتجاه المنحنى	-علامات رأسية	- أداء التمرينات المعطاة - المحافظة على ميل الجسم اثناء الجري حول المنحنى

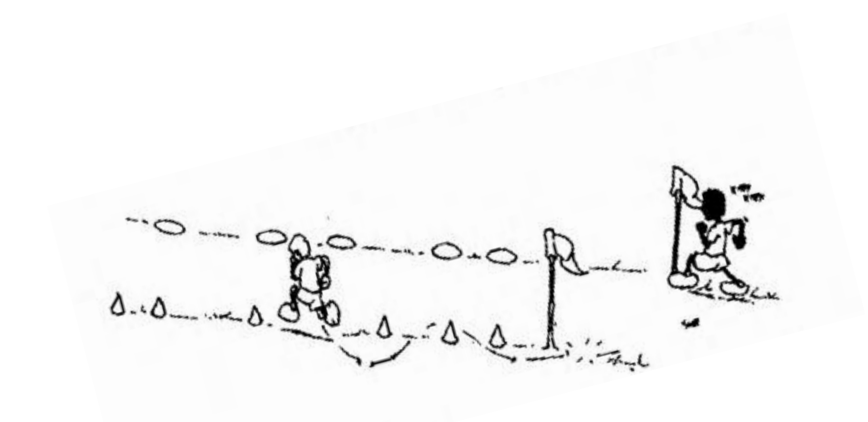
نموذج5	أداء وضع بدء فعال	يؤدي المشاركين أوضاع للبدء وذلك من خلال أوضاع مختلفة للجسم متضمنة ميل الجذع للأمام	1-قم بتنويع أوضاع البدء 2-إحتفظ بتسجيل الزمن لمسافة 10م 3-اضف تحديات للإنطلاق 4-انتقل للألعاب	- الدفع بالرجل بأقصى قوة للبدء - استغل عدم الثبات عقب البدء للتحرك بشكل أسرع	- علامات رأسية - ساعات ايقاف	- الإمتداد الكامل للرجلين - فقدان التوازن الأمامي(لميل الجسم) أثناء جري الخطوات الأولى - إستخدم الذراعين لتحسين كفاءة البدء

الاشكال



النموذج التعليمي(1)

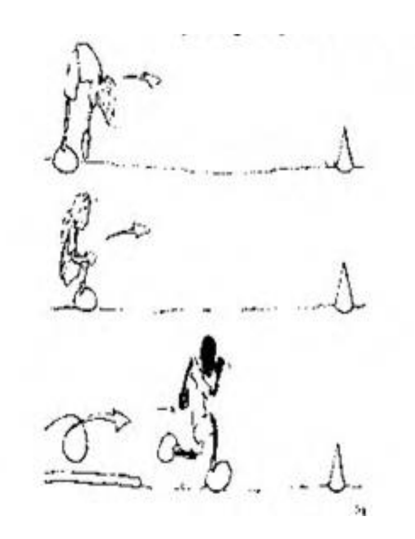
النموذج التعليمي(2)

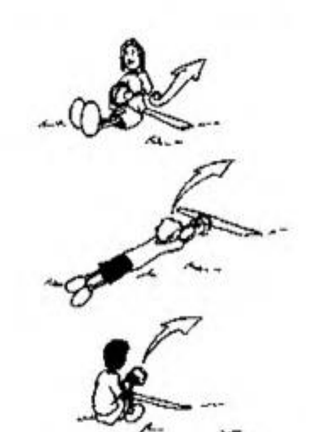


النموذج التعليمي(3)



النموذج التعليمي(4)





النموذج التعليمي(5)

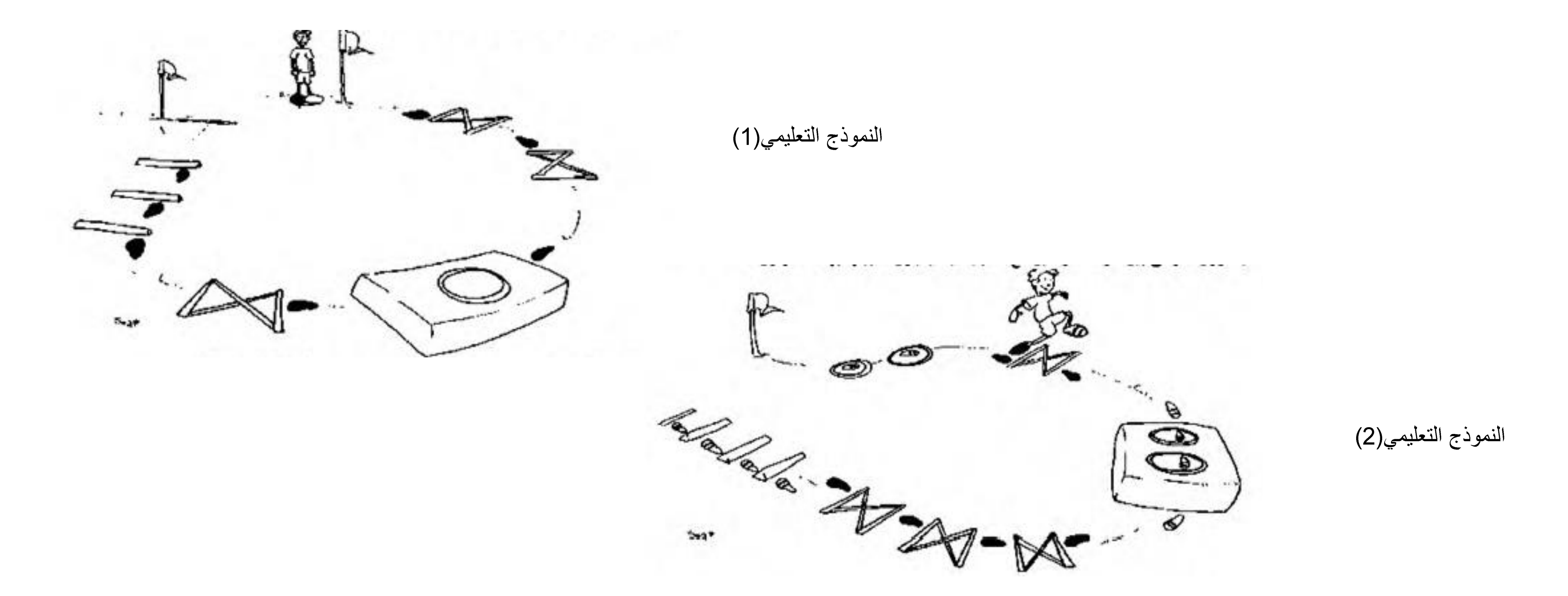
مسابقة: الوثب الثلاثي في منطقة محددة

النموذج التعليمي: الوثب الثلاثي في منطقة محددة

النموذج التعليمي	الهدف	الأسلوب	الخطوات التعليمية	تعليمات المدرب	الأدوات	الملاحظات
النموذج 1	تطوير دقة أداء الإرتقاء	أداء وثبات للأمام من إقتراب قصير لتطوير دقة الأداء في وضع الإرتكاز.ويجب وضع العوائق بحيث تكون أفقية حتى لا يجبر المشاركين على الوثب عاليا	1- قم بتنويع المسافات بين العوائق (احتفظ بمسافة10م) 2- قم بتنويع عرض العوائق كلما أمكن 3- أداء الإرتقاء بواسطة القدم اليمنى واليسرى 4- قم بأداء الهبوط على القدم اليمنى حجلا والقدم اليسرى حجلا 5- انتقل للألعاب	- لا تنظر للأرض - أربط التسلسل الحركي للوثب والإرتقاء - لا تقلل من السرعة قبل الوثب	- علامات وثب - علامات للمسار	- اضبط وضع القدم - الهبوط مع سرعة الجري
النموذج2	اكتساب خبرة واتقان أداء تكنيك الحجلة	التعرف على تكنيك الحجل وإتقانه من خلال أداء سلسلة تدريبات مختلفة.اولا يجب ان تكون منطقة الوثب محددة من أجل أداء أفضل	1- قم بتنويع مسار الوثب 2- قم بتنويع المسافات وكذلك وسيلة التقييم 3- تكرار العديد من الحجلات 4- انتقل للألعاب	- كن فوق رجل الإرتكاز - استخدم الذراعين للتحرك للأمام	- علامات او عوائق افقية - علامات رأسية لتحديد المسار	- ضبط وضع قدم الإرتقاء عند ملامسة الأرض بغرض الإتزان - الحفاظ على التوازن وخاصة أثناء الحجل وبعده
النموذج3	اكتساب خبرة واتقان الحجلة والخطوة بدون تقليل السرعة	أداء تسلسل الحجلة والخطوة في منطقة محددة بسرعات مختلفة	1- قم بتنويع تسلسل الوثب(حجلتينثم خطوة/خطوتين ثم حجلة) 2- تزامن حركة الذراعين معا ثم عدم التزامن للذراعين بالتبادل وعلى التوالي 3- قم بتنويع منطقة الوثب وكذلك المسافات بين الوثبات 4- انتقل للألعاب	- لا تتوقف بين الحجلة والخطوة - لا تفقد تماسكك اثناء الوثب	- علامات افقية (في منطقة الوثب) - علامات رأسية لتحديد المسار	- اكمل التسلسل في وضع متزن - اكمل تسلسل الوثب مع عدم تقليل السرعة - استخدام مناسب للأطراف

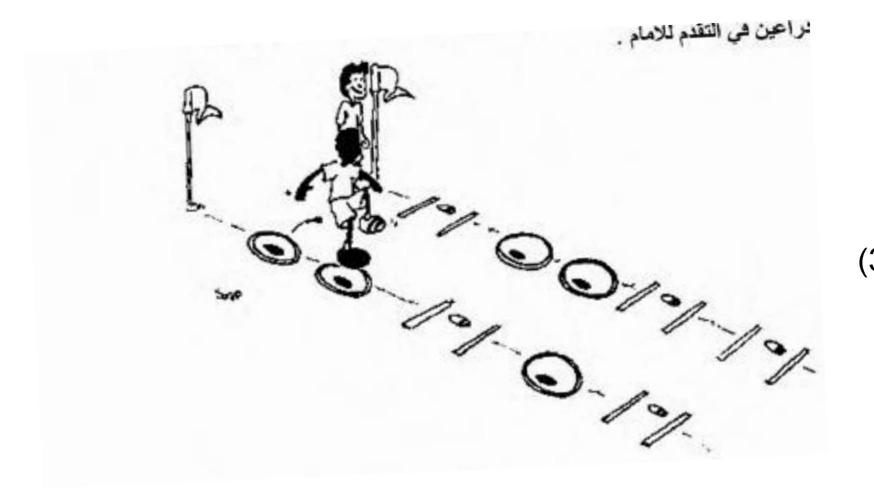
النموذج4	الإستخدام الجيد للذراعين أثناء اداء تكنيك الوثب	إكمال تسلسل الحجلة والخطوة مع محاولة التوافق بين حركة الذراعين بطرق مختلفة بالتزامن والتبادل مع الرجلين.	1- قم بتنويع مسار الوثب 2- قم بتنويع المسافات 3- الربط بين التدريبات المتزامنة وغير المتزامنة 4- انتقل للألعاب	- إبدأ بمناطق وثب صغيرة - إستخدم الذراعين والكتفين بدون توتر	- علامات رأسية - علامات أفقية	- أداء البرنامج المطلوب - الحفاظ على التوازن العام أثناء تسلسل الوثب - إستخدم الذراعين بنفس الكفاءة
النموذج5	قياس اقتراب قصير	من خلال مسافة 20م يقوم المشارك بمحاولة تنظيم دقة الإقتراب حتى في منطقة قريبة من لوحة الإرتقاء	1- قم بتعديل المسافات المقترحة بدرجة بسيطة 2- ضع علامة في منتصف الطريق لمنطقة الوثب	- تنويع بداية الإقتراب حتى تجد المسافة المناسبة لك - محاولة تكرار الإقتراب الأخرى	- منطقة هبوط مناسبة ،علامات،عوارض وثب -منطقة إقتراب مناسبة	- ضبط مكان قدم الإرتقاء - الهبوط على قدم الإرتقاء - لا تقلل من السرعة قبل لوحة الإرتقاء

الأشكال

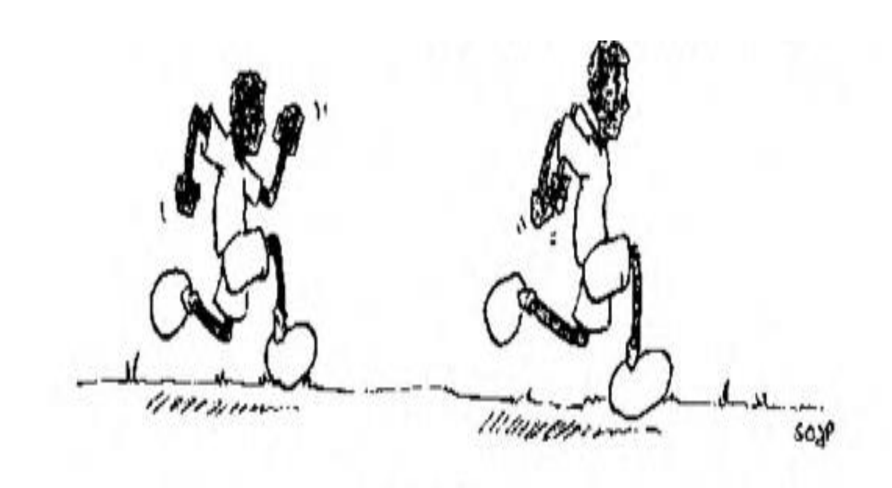


النموذج التعليمي(1)

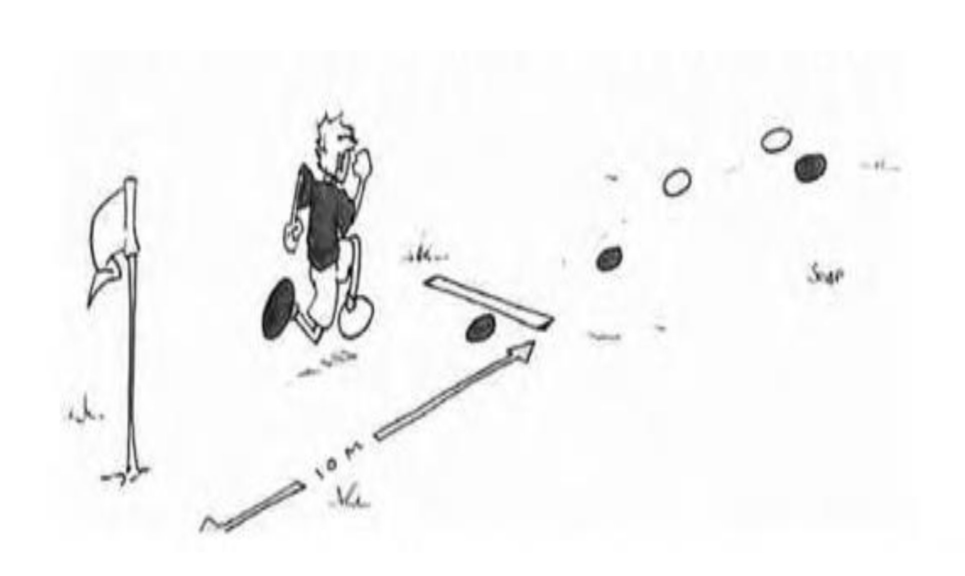
النموذج التعليمي(2)



النموذج التعليمي(3)



النموذج التعليمي(4)



النموذج التعليمي(5)

ملحق (2) وصف الإختبارات

أولا: الاختبارات المهارات الحركية الأساسية

1) مهارات الإنتقال

- **المشي 30م**

هدف الإختبار: قياس زمن الإنتقال من خلال المشي

الأدوات: ملعب، ساعة توقيت، صافرة، متر، أقماع، استمارة تسجيل.

وصف الإختبار

يوضع على الأرض قمعين، واحد عند البداية والآخر عند النهاية (المسافة بينهم 30م)، يطلب من الطالب الوقوف عند قمع البداية وعند سماع الصافرة من المدرب يبدأ الطالب بالمشي حتى قمع النهاية.

طريقة التسجيل

يتم حساب الوقت من لحظة انطلاق الطالب حتى وصوله لقمع النهاية

- **الجري 30م**

هدف الإختبار: قياس زمن الإنتقال من خلال الجري

الأدوات: ملعب، ساعة توقيت، صافرة، متر، أقماع، استمارة تسجيل.

وصف الإختبار

يوضع على الأرض قمعين، واحد عند البداية والآخر عند النهاية (المسافة بينهم 30م)، يطلب من الطالب الوقوف عند قمع البداية وعند سماع الصافرة من المدرب يبدأ الطالب بالجري حتى قمع النهاية.

طريقة التسجيل

يتم حساب الوقت من لحظة انطلاق الطالب حتى وصوله لقمع النهاية

- **وثب طويل من الثبات**

هدف الإختبار: قياس مسافة الإنتقال عن طريق الوثب

الأدوات: ملعب، متر، أقماع، استمارة تسجيل

وصف الإختبار

يقف الطالب عند قمع البداية، يقوم الطالب بمرجحة الذراعين ثم الوثب للأمام لأبعد مسافة ممكنة

طريقة التسجيل

- يقوم قياس أخر أثر لقدم الطالب
- لكل طالب محاولتين ويتم أخذ الأفضل بينهما.

- **الحجل 10م على القدم المختارة**

هدف الإختبار: قياس زمن الإنتقال عن طريق الحجل

الأدوات: ملعب، ساعة توقيت، صافرة، متر، أقماع، استمارة تسجيل.

وصف الإختبار

يوضع على الأرض قمعين، واحد عند البداية والآخر عند النهاية (المسافة بينهم 10م)، يطلب من الطالب الوقوف عند قمع البداية وعند سماع الصافرة من المدرب يبدأ الطالب بالحجل على القدم المختارة حتى قمع النهاية.

طريقة التسجيل

يتم حساب الوقت من لحظة انطلاق الطالب حتى وصوله لقمع النهاية.

2) مهارات التحكم والسيطرة

- **رمي كرة التنس**

هدف الإختبار: قياس التحكم والسيطرة برمي كرة التنس.

الأدوات: كرة تنس، قمع، متر، استمارة تسجيل.

وصف الاختبار

يقف الطالب عند قمع البداية ويقوم بإرجاع ذراعه إلى الخلف ورمي كرة التنس لأبعد مسافة ممكنة

طريقة التسجيل

- يقوم قياس من عند أول أثر يتركه الكرة.

- لكل طالب محاولتين ويتم أخذ الأفضل بينهما.

- **دفع كرة طبية**

هدف الاختبار: قياس مهارة التحكم والسيطرة بدفع الكرة الطبية

الأدوات: كرة طبية، قمع، متر، استمارة تسجيل.

وصف الاختبار

يقف اللاعب عند قمع البداية، يقوم بحمل الكرة أمام الصدر ثم ثني القدمين للأسفل وعند الفرد يقوم بدفع الكرة لأبعد مسافة ممكنة.

طريقة التسجيل

- يقوم قياس من عند أول أثر يتركه الكرة.
- لكل طالب محاولتين ويتم أخذ الأفضل بينهما

مهارة الإتزان

- **السكة الحديدية**

الهدف: قياس القدرة على التوازن

الأدوات: (العارضة (طولها60 سم ، ارتفاعها 10 سم، عرضها 5سم)، صافرة ، ساعة توقيت ، استمارة تسجيل)

وصف الاختبار:

وقوف ثبات الوسط على قدم واحدة فوق العارضة لأطول زمن ممكن.

طريقة تسجيل:

يبدأ الاختبار من لحظة الوقوف على العارضة وينتهي ب :

- ملامسة أي جزء من جسم اللاعب للأرض.
- التحرر من وضع ثبات الوسط .
- يسمح للاعب بأداء محاولتين.
- تحسب زمن أفضل محاولة.

ثانيا: اختبارات القدرات التوافقية

- **المربعات المرقمة.**

الهدف: القدرة على تقدير الوضع.

الأدوات:(ساعة توقيت ، صافرة ، قطعة مربعة 90*90 سم مقسمة إلى تسعة مربعات متساوية 30*30 سم ، استمارة تسجيل) .

وصف الاختبار:

1) يوضع على الأرض مربع 90*90 سم مقسم إلى تسعة مربعات كل منها 30*30 سم ومرقمة من 1-9 (بشكل عشوائي).

2) يطلب من اللاعب البدء بالقفز بكلتا القدمين من مربع إلى الأخر على التوالي (حسب ترتيب الارقام) عند سماع الصافرة من المدرب .

3) يسمح للطالب إجراء هذا الاختبار محاولتين.

طريقة تسجيل:

1) يتم حساب الزمن من إطلاق صافرة البدء وينتهي بإنهاء الطالب للمهمة.

2) يتم احتساب افضل زمن (اقل زمن) سجله اللاعب .

9	6	8
5	2	7
3	4	1

△ **نقطة البدء**

- **اختبار T**

الهدف: القدرة على الاستجابة السريعة

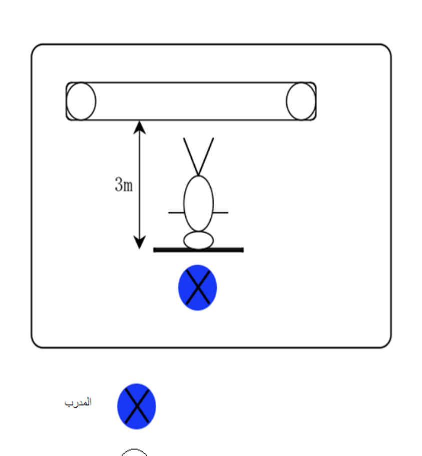
الأدوات: (قمعين ، صافرة ، ساعة توقيت ، متر قياس ،استمارة تسجيل)

وصف الاختبار:

1) وضع الانبطاح فتحا على بعد 3 م من منتصف خط طوله 6م.

2) يتواجد المدرب أمام اللاعب .

3) يقوم اللاعب بعد سماع الصافره ورؤية إشارة اليد اليسرى أو اليمنى من المدرب بالانطلاق للمس القمع الذي تشير إليه يد المدرب .



طريقة تسجيل:

1) يسمح للاعب بأداء محاولتين.
2) تحسب زمن النتيجة الأفضل.

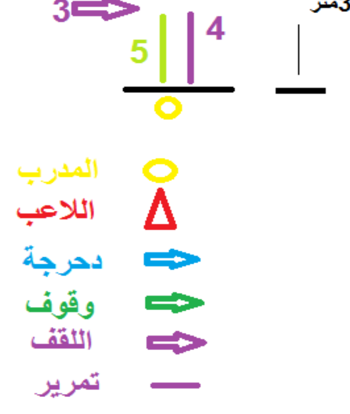
- **الدحرجة واللقف والرمي**

الهدف: القدرة على الربط الحركي

الأدوات: (أرضية مطاطية (1*2) م ، صفارة، ساعة توقيت، كرات أسفنجية، استمارة تسجيل).

وصف الاختبار:

1) وضع الوقوف وعند سماع الصافرة يقوم اللاعب بالدحرجة الأمامية.
2) الوقوف
3) يلتقط الكرة من المدرب الذي يقف أمامه على بعد 3 أمتار ومن ثم إرجاعها (تمريرها) إلى المدرب بكلتا اليدين.
4) يسمح للاعب إجراء محاولتين .



طريقة تسجيل:

1) يتم احتساب الزمن من اطلاق صافرة البدء الى حين ارجاع الكرة .
2) يحتسب افضل زمن .

- **السلم**

الهدف: القدرة على الإيقاع الحركي

الأدوات: (صافرة ، ساعة توقيت، سلم ارضي(10*45*40)، استمارة تسجيل)

وصف الاختبار:

1) من وضع الوقوف وعند سماع الصفارة يقوم اللاعب بالجري بين درجات السلم من بدايته الى النهاية .

طريقة تسجيل:

1) يسمح للاعب القيام بمحاولتين.

2) يحسب أفضل زمن .

- **الصناديق**

الهدف: قياس القدرة على التكييف مع الأوضاع المختلفة.

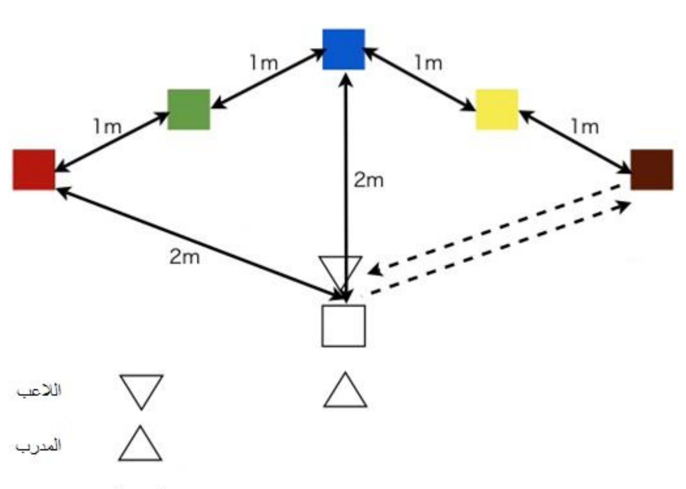
الأدوات: صافرة، ساعة توقيت، صناديق مربعة (بارتفاع 20 سم *عرض 30سم*طول 30سم)، متر قياس، استمارة تسجيل.

وصف الاختبار:

1) من وضع الوقوف في نقطة البداية وعند سماع الصافرة ولون الصندوق يقوم اللاعب بالجري للأمام باتجاه الصندوق المحدد ولمسه بكلتا اليدين .

2) بمجرد لمس اللاعب للصندوق الأول يعطى إيعاز جديد للمس صندوق بلون أخر فيعود إلى نقطة البداية و من ثم يقوم اللاعب بالجري للمس الصندوق المشار إليه بكلتا اليدين .

3) بمجرد لمس اللاعب للصندوق الثاني يعطى إيعاز جديد للمس صندوق بلون أخر فيعود إلى نقطة البداية و من ثم يقوم اللاعب بالجري للمس الصندوق الأخير بكلتا اليدين والعودة إلى نقطة البداية لينهي الاختبار .



طريقة تسجيل:

1) يعطى اللاعب محاولتين .

2) تحسب النتيجة الأفضل.

ثالثا: اختبارات الذكاء الحركي

- **اسقاط الكرة**

هدف الاختبار: الإنتباه

الأدوات: متر، كرة وزنها (210غ) (كرة يد)، خط مرسوم على بعد 5م من خط البداية بعرض 5سم.

وصف الاختبار

يقف الطالب على خط البداية ويقوم برمي الكرة من أعلى محاولا أن يصيب الخط المستهدف.

طريقة التسجيل

- يتم قياس بعد الكرة عن الخط المستهدف.
- لكل طالب محاولتين يتم اعتماد الأفضل.

- **اللف حول الدائرة**

هدف الاختبار: التذكر

الأدوات: ساعة توقيت، طافرة، استمارة تسجيل، دائرة نصف قطرها 3م.

وصف الاختبار:

يقوم الطالب بالجري على محيط الدائرة لفة كاملة، ثم الجري بالظهر على المحيط لنصف الدائرة ثم الجري للأمام حول الدائرة كاملة.

طريقة التسجيل

احتساب الزمن.

- **المسطرة الملونة واليدين**

هدف الاختبار: التمييز

الأدوات: مسطرة طولها 1م (ملونة أرعة ألوان، طول كل لون 25سم) كرسي، متر.

وصف الاختبار:

يجلس الطالب على الكرسي بحيث أن ساعديه بوضع قائم مع العضد أمام صدره والمسافة بينهما تقريبا 20سم، يقوم المدرب بوضع المسطرة بين ذراعي الطالب لكن للأعلى، يقوم المدرب بإختيار اللون واسقاط المسطرة، يحاول الطالب أن يمسك اللون المختار.

طريقة التسجيل:

- قياس مسافة بين أصبع الطالب الصغير ومركز اللون المختار.
- لكل طالب محاولتين يتم اعتماد الأفضل.

- **الصوت والحركة**

هدف الاختبار: التخيل

الأدوات: ساعة توقيت، أشكال (مثلث، دائرة، مربع)، 3 أصوات حيوانات مختلفة.

وصف الاختبار

يقف الطالب على خط بداية بعيد عن الأشكال 5م، وعند سماع صوت حيوان يجري الطالب نحو الشكل المرتبط بالصوت ووضعه على خط البداية والرجوع للشكل والأصوات الباقية.

طريقة التسجيل:

- احتساب الوقت عند جلب جميع الأشكال
- اعطاء محاولتين واحتساب أفضلهما

- **المشي للدائرة**

هدف الاختبار: التفكير والحفظ.

الأدوات: دائرة قطرها 2م، عصابة عين، متر.

وصف الاختبار:

يقف الطالب على خط البداية الذي يبعد عن الدائرة 4م، يقوم بوضع عصبة العين ويبدأ بالمشي نحو مركز الدائرة.

طريقة التسجيل:

- يتم قياس المسافة بين النقطة التي وقف بها الطالب ومركز الدائرة.
- اعتماد أفضل محاولة من المحاولتين.

ملحق (3) أسماء المحكمين وتخصصاتهم ورتبهم العلمية

الاسم	التخصص	مكان العمل
أ.د.حازم النهار	تدريب رياضي – ألعاب القوى	الجامعة الأردنية
أ.د.عربي حمودة	القياس والتقويم في التربية الرياضية	الجامعة الأردنية
أ.د.وليد رحاحلة	تدريب رياضي – ألعاب القوى	الجامعة الأردنية
أ.د.كمال خصاونة	تدريب رياضي	جامعة اليرموك
أ.د.عبد الكريم مخادمة	تدريب رياضي – ألعاب القوى	جامعة اليرموك
أ.د.نارت شوكه	لياقة بدنية- كرة يد	جامعة اليرموك
د. محمد أبو الطيب	تدريب رياض- سباحة	الجامعة الأردنية
م. رائع خريسات	تدريب رياضي – ألعاب القوى	الجامعة الأردنية

ملحق (4) البرنامج التعليمي

الأسبوع الأول

النموذج التعليمي: التحمل لمدة 8دقائق

أجزاء الدرس	الأحد	الخميس	الزمن
الجزء التمهيدي	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	2د
الجزء الرئيسي	تم تطبيق نموذج (1) ونموذج (2) ونموذج (3) كما هو مبين في ملحق (1)	تم تطبيق نموذج (4) ونموذج (5) والمسابقة كاملة كما هو مبين في ملحق (1)	40د
الجزء الختامي	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	2د

الأسبوع الثاني

النموذج التعليمي: وثبة القرفصاء

أجزاء الدرس	الأحد	الخميس	الزمن
الجزء التمهيدي	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	2د
الجزء الرئيسي	تم تطبيق نموذج (1) ونموذج (2) ونموذج (3) كما هو مبين في ملحق (1)	تم تطبيق نموذج (4) ونموذج (5) والمسابقة كاملة كما هو مبين في ملحق (1)	40د
الجزء الختامي	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	2د

الأسبوع الثالث

النموذج التعليمي: جري السلم

أجزاء الدرس	الأحد	الخميس	الزمن
الجزء التمهيدي	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	2د
الجزء الرئيسي	تم تطبيق نموذج (1) ونموذج (2) ونموذج (3) كما هو مبين في ملحق (1)	تم تطبيق نموذج (4) ونموذج (5) والمسابقة كاملة كما هو مبين في ملحق (1)	40د
الجزء الختامي	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	2د

الأسبوع الرابع

النموذج التعليمي: وثبة المربعات المتقاطعة

أجزاء الدرس	الأحد	الخميس	الزمن
الجزء التمهيدي	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	2د
الجزء الرئيسي	تم تطبيق نموذج (1) ونموذج (2) ونموذج (3) كما هو مبين في ملحق (1)	تم تطبيق نموذج (4) ونموذج (5) والمسابقة كاملة كما هو مبين في ملحق (1)	40د
الجزء الختامي	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	2د

الأسبوع الخامس

النموذج التعليمي: رمي رمح الأطفال

أجزاء الدرس	الأحد	الخميس	الزمن
الجزء التمهيدي	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	2د
الجزء الرئيسي	تم تطبيق نموذج (1) ونموذج (2) ونموذج (3) كما هو مبين في ملحق (1)	تم تطبيق نموذج (4) ونموذج (5) والمسابقة كاملة كما هو مبين في ملحق (1)	40د
الجزء الختامي	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	2د

الأسبوع السادس

النموذج التعليمي: دقة الرمي

أجزاء الدرس	الأحد	الخميس	الزمن
الجزء التمهيدي	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	2د
الجزء الرئيسي	تم تطبيق نموذج (1) ونموذج (2) ونموذج (3) كما هو مبين في ملحق (1)	تم تطبيق نموذج (4) ونموذج (5) والمسابقة كاملة كما هو مبين في ملحق (1)	40د
الجزء الختامي	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	2د

الأسبوع السابع

النموذج التعليمي: التتابع المكوكي للعدو والحواجز

أجزاء الدرس	الأحد	الخميس	الزمن
الجزء التمهيدي	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	2د
الجزء الرئيسي	تم تطبيق نموذج (1) ونموذج (2) ونموذج (3)	تم تطبيق نموذج (4) ونموذج (5) والمسابقة كاملة	40د
الجزء الختامي	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	2د

الأسبوع الثامن

النموذج التعليمي: الوثب بالحبل

أجزاء الدرس	الأحد	الخميس	الزمن
الجزء التمهيدي	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	2د
الجزء الرئيسي	تم تطبيق نموذج (1) ونموذج (2) ونموذج (3) كما هو مبين في ملحق (1)	تم تطبيق نموذج (4) ونموذج (5) والمسابقة كاملة كما هو مبين في ملحق (1)	40د
الجزء الختامي	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	2د

الأسبوع التاسع

النموذج التعليمي: سباف الفورميلا (1)

أجزاء الدرس	الأحد	الخميس	الزمن
الجزء التمهيدي	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	2د
الجزء الرئيسي	تم تطبيق نموذج (1) ونموذج (2) ونموذج (3) كما هو مبين في ملحق (1)	تم تطبيق نموذج (4) ونموذج (5) والمسابقة كاملة كما هو مبين في ملحق (1)	40د
الجزء الختامي	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	2د

الأسبوع العاشر

النموذج التعليمي: الوثب الثلاثي في منطقة محددة

أجزاء الدرس	الأحد	الخميس	الزمن
الجزء التمهيدي	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	إحماء: الجري حول الملعب لفتين، الجري بإتجاهات مختلفة، إيطالة لجميع أجزاء الجسم	2د
الجزء الرئيسي	تم تطبيق نموذج (1) ونموذج (2) ونموذج (3) كما هو مبين في ملحق (1)	تم تطبيق نموذج (4) ونموذج (5) والمسابقة كاملة كما هو مبين في ملحق (1)	40د
الجزء الختامي	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	المشي حول الملعب ، وإسترخاء العضلات	2د

الملحق (5) الأدوات المستخدمة في الدراسة



حقيبة النماذج التعليمية الخاصة بألعاب القوى للأطفال





كرات بلاستيكية



كرة بولسترين

ساعة توقيت



متر قياس



أقماع



كرات تنس

صناديق ملونة



سلم التوافق



فرشة أرضية





صافرة



كرة طبية

THE EFFECT OF SPECIAL EDUCATIONAL MODELS FOR YOUNGUSTERS ATHLETICS ON BASIC MOTOR SKILLS, COORDINATION ABILITIES AND BODY KINESTHETIC INTELLIGANCE

By

Reem Hamdan Almreheel

Supervisor

Dr. Rami Saleh Halawa

ABSTRACT

The purpose of the study was to identify the effects of special educational models for youngster athletics by utilizing basic skills, coordination abilities, as well as body motor kinesthetic intelligence for kids between (7-9) year of age. The sample of the study was (N=22) kids, classified at random base into two groups. The experimental group (n=12) which employed the intervention model, and the control group (n=10) where they have ultilized regular class activities. Several instrument, were used to mesure the 3 dependent variables.

The results showed significant improvement in the experimental group after the application of the teaching program. Significant differences were noticed between the two groups showing that the experimental group had a higher level of improvement on most of the variables of the study.

The researcher recommends the use of the special teaching model employed in the experimental group in the present study in schools and recommend the use of physical/movement intelligence evaluation in the determination of sport talented children.